SOLO Di Pueblo
BRIYANDO FUERTE • TRECIENDO CLARIDAD

Un total di 52 polis a ricbi nan promocion gubernamental

MAS BLAUW RIBA CAMINDA

Dialuna 25 April 2022 | Solo di Pueblo | Aña 16 - edicion 659 | E-mail: solodipueblo@gmail. | Prijs: Afl. 1.75

Jeep Wrangler a bolter lagando varios persona herida atras



"Aruba su turismo, su desaroyo, reto y oportunidadnan"a wordo comparti cu e gremio sindical



Minister Dangui Oduber "JUMP18 - Aruba Childhood Obesity Prevention Program" a duna tremendo resultado



Polis a laga tow varios auto malstaciona, otronan a yega y a haya nan boet mesora



MINISTER DI DEPORTE A ACUDI NA PISAMENTO DI ATLETANAN PREPARANDO PA NAN COMBATE



Minister Maduro ta informa:

Presupuesto 2022 a wordo publica y awor ta bay pa CAFT duna su opinion oficial

Recientemente Parlamento di Aruba a aproba Presupuesto 2022 y esaki a keda firma pa Gobernador y despues e ley a keda publica dia 20 di april den Landscourant. Awor e ley a keda publica, Minister di Finansa ta manda esaki pa CAFT pa asina e organo di supervision financiero por duna nan opinion oficial riba e presupuesto cu a wordo aproba pa Parlamento.

A tene cuenta cu consehonan di CAFT y Raad van Advies

Presupuesto 2022 a keda aproba hunto cu dos Nota di Cambio cu a contene cambionan pa por cumpli miho cu e recomendacionnan duna pa CAFT y pa Raad van Advies. Asina den e prome Nota di Cambio, a baha e deficit cu 63,8 miyon florin cu ta e resultado di baha gasto di servicio y producto, inclusion di e ganashi di Setar y e cobransa di subsidio di salario cobra pa SVB. E di dos Nota di Cambio a refleha e efecto financiero di e reformanan di e Landspakket, cu gastonan pa introduci un registro di UBO y fondonan cu lo drenta den e Fondo di Criminalidad pa reinforza e frontera di nos Pais.

Deficit ta 536 miyon florin mas chikito compara cu aña 2020 y 306 miyon menos compara cu aña 2021

Presupuesto 2022 a wordo aproba cu un deficit di 228 miyon florin. Un suma mehora di deficit compara cu aña 2021 y 2020 cu a keda grandemente afecta pa e pandemia. Ta bon pa recorda cu na aña 2019 a logra yega na un surplus chikito di 3,9 miyon florin den e presupuesto di nos Pais, pero na momento cu e pandemia a presenta, nos Pais a perde entrada y cune a presenta un deficit grandi. Durante e pandemia a purba contene gasto di gobernacion, pero asina mes nos Pais a core cu un deficit di 764 miyon den aña 2020. A sigui un disciplina pa por contene gastonan y asina nos por mira cu a logra baha e deficit di 764 miyon florin den aña 2020, pa un deficit di 534 miyon florin den aña 2021 y awor den aña 2022 a keda presupuesta un deficit di 228 miyon florin. Pues un reduccion di 536 miyon florin cu ta un esfuerso grandi cu ta wordo haci pa asina por mehora e finansa publico na nos Pais.

CAFT tin cu duna su opinion

Den cuadro di supervision financiero e ley di Presupuesto 2022 awor ta wordo manda pa CAFT pa e organo por duna su opinion oficial.



Security guard atento a grita ladron cu kier a kibra drenta horta na Dushi Delicious Aruba



Diaranzon madruga a drenta informe di cu un guardia di seguridad a tende un sonido basta fuerte na comienso di Caya G.F. (Betico) Croes, mesora a dirigi un patruya na e sitio.

Na yegada di e patruya a bi topa cu e guardia di seguridad cu a declara cu e tabata vigilando su post y na cierto momento a tende sonido basta fuerte y a bay observa poco mas pariba y a nota un persona cu capuchon bon bisti cu un pata di cabra y a dal un grito, mesora e sospechoso a core bay. polis a tuma nota di e susedido y a keda vigila den e area pero no a bin encontra cu e sospechoso.

"Aruba su turismo, su desaroyo, reto y oportunidadnan"a wordo comparti cu e gremio sindical





Recientemente a tuma luga un reunion entre Oficina di Turismo, A.T.A., y diferente sindicato na Aruba. Esaki tawata un iniciativa di Mediador di Aruba conhuntamente cu A.T.A. y e meta tawata pa informa e gremio sindical di reto y oportunidadnan mara na nos sector turistico.

Den transcurso di e ultimo 6 lunanan A.T.A. a presenta diferente tema y a combersa cu diferente organisacion, gremionan comercial, departamentonan di gobierno como tambe otro entidadnan importante na Aruba y den Reino. Considerando desaroyonan tumando lugar na e momento aki cu ta toca diferente sectornan, y cu por tin impacto entre otro riba nos turismo, pero potencialmente tambe riba e forma di biba di nos cada un aki na Aruba, mediador di Aruba a propone pa comparti e informacion aki cu e gremio sindical tambe.

Temanan cu a wordo toca ta entre otro elementonan inclui den e "Landspakket" manera e reforma fiscal como tambe inflacion, expansion di cambernan hotelero y e costo actual di un vacacion pa Aruba.



Considerando e importancia cu turismo tin riba nos economia, e temanan aki y e decisionnan rond di nan sigur ta clave pa nos presente y pa nos futuro y ta rekeri prudencia di nos banda. Mester tene na cuenta cu diferente cambio na caminda lo incrementa e costo di un vacacion pa Aruba, sin lubida e impacto cu
esaki lo tin riba nos mesun populacion y e costo di bida na Aruba.

Con a para ?

Ta yega ora pa Gobierno duna update di refineria

No ta un secreto cu e destaho publico riba e refineria, a termina sin un bon resultado.

E compania Quanten LLC cu a gana e destaho, su tempo a pasa, y no a logra concretisa nada pa cu e refineria.

Despues a bin compronde cu lo tin otro gruponan na mesa, den un of otro negosacion of conversacion.

No a tende nada mas ta ora pa duna pueblo un update, kico ta pasando.

Den e situacion cu tin actualmente pa cu Rusia, unda a sancciona Rusia, por bisa cu e refineria di Aruba mester por tin un bida nobo y oportunidad nobo. Te hasta ta wordo papia cu Merca lo tuma petrolio di Venezuela. Pues, e refineria di Aruba por a bolbe gana momentum y ta spera cu por tin update.

Guardianan di airport a captura intruso riba tereno di airport





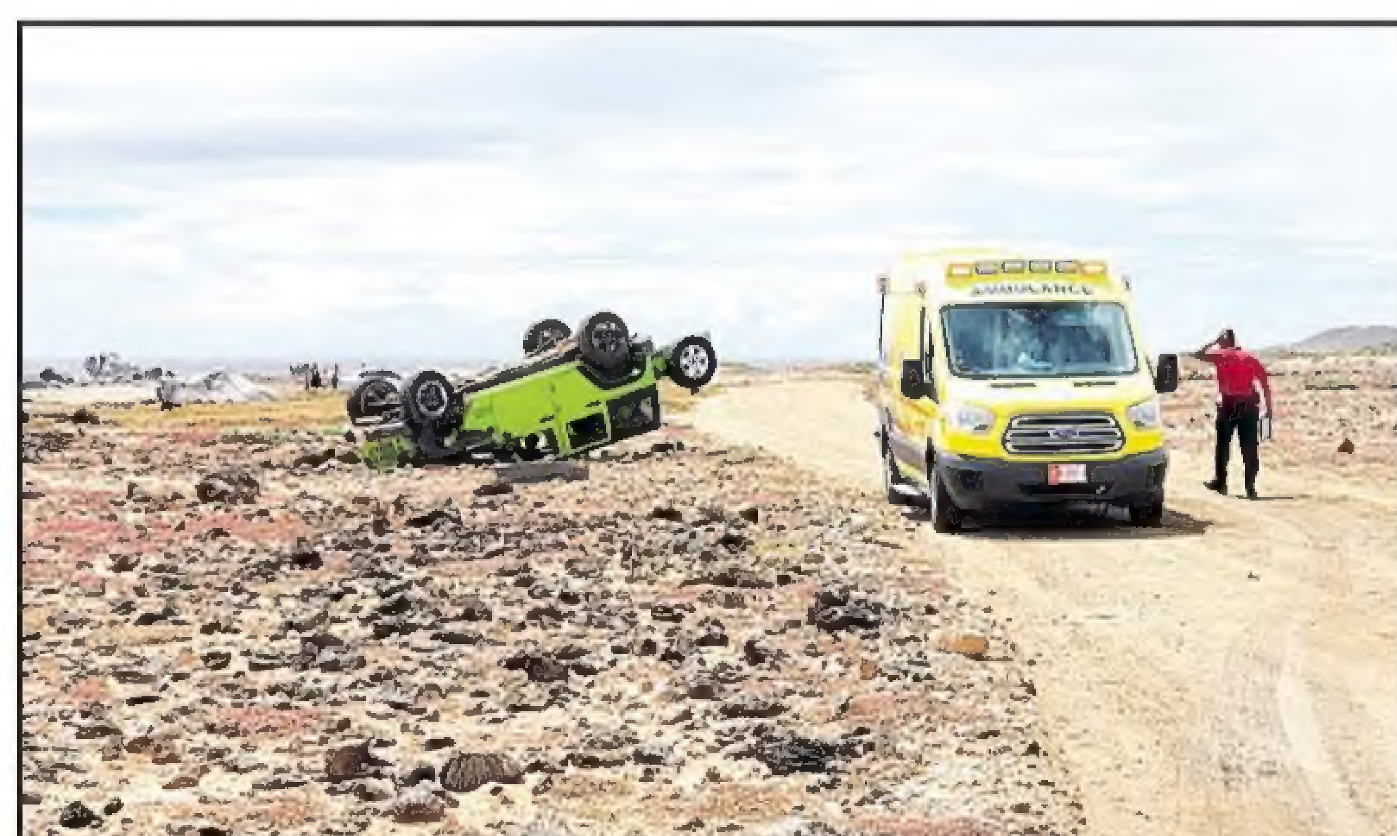


Diamars mainta a drenta informe di cu e guardianan di seguridad di airport a logra captura un intruso riba e tereno di airport, mesora a dirigi un patruya na e sitio.

Na yegada di e patruya e guardianan a pasa nan e sospechoso di fam B. kende a ser captura riba tereno di airport parti priva.

Polis a tume over y a detene pa a subi tereno priva y por tin chance cu e por hay'e tambe como sospechoso di practicanan di terrorismo.
 Polis a bay warda di santa Cruz cu e sospechoso.

Jeep Wrangler a bolter lagando varios persona herida atras







West Punt - Patras di e duinen bay pariba diasabra mainta un Jeep Wrangler color berde a bolter.

Tawata den careda di 10'or diasabra mainta cu polis a bay patras di Light House cu no ta cay directamente tras di Tierra del Sol, sino e caminda cu ta core na rand di lama bay pariba.

Ey nan a topa cu ambulance cu ya tawata dunando asistencia na e personanan herida. A papia di 4 persona y cu nan ta basta herida.

Varios unidad di ambulance a yega e sitio pa duna asistencia.
Unda cu despues di lanta esnan mas herida ambulance a dirigi nan mes direccion Hospitaal.

Jeep Wrangler ariba su dak

Velocidad halto y falta di conocemento di e tereno tras Light House ta e causa principal di e accidente aki.

Chauffeur di Suzuki Swift ta perde control baha caminda y bay dal den pilar di un cura di cas na Washington







Diaranson mainta a drenta informe di un accidente cu hende herida na Washington, mesora a dirigi tanto polis como ambulans na e sitio. Na yegada di e patruya na e sitio a bin compronde cu e chauffeur di e Suzuki Swift lo a perde control baha caminda y bay dal den un pilar di cura di cas.
Un dama den e Swift a resulta herida y tabata rekeri asistencia medico. Ambulans a presenta na e sitio y a atende cu e herido y a transporte pa hospital.

Homber agresivo: Un bisiña ta menasa otro bisiña cu cuchiu





Paradera - Diasabra atardi dos unidad di Playa a direccion Paradera, unda cu lo tin un homber bou influencia di un of otro substancia den posesion di un cuchiu.

Na yegada di polis ya e homber lo a bandona e sitio, den un Suzuki Alto shinishi.

Polis a haya descripcion di e homber.

Aki lo ta trata problema entre dos bisiña, algo cu ta haci e situacion poco mas fastioso debi cu nan ta cerca di otro ariba un pidi tereno.
No ta duidelijk kiko por a conduci cu e homber a saca cuchiu y tambe un tool pa traha ariba auto pa agredi su bisiña.

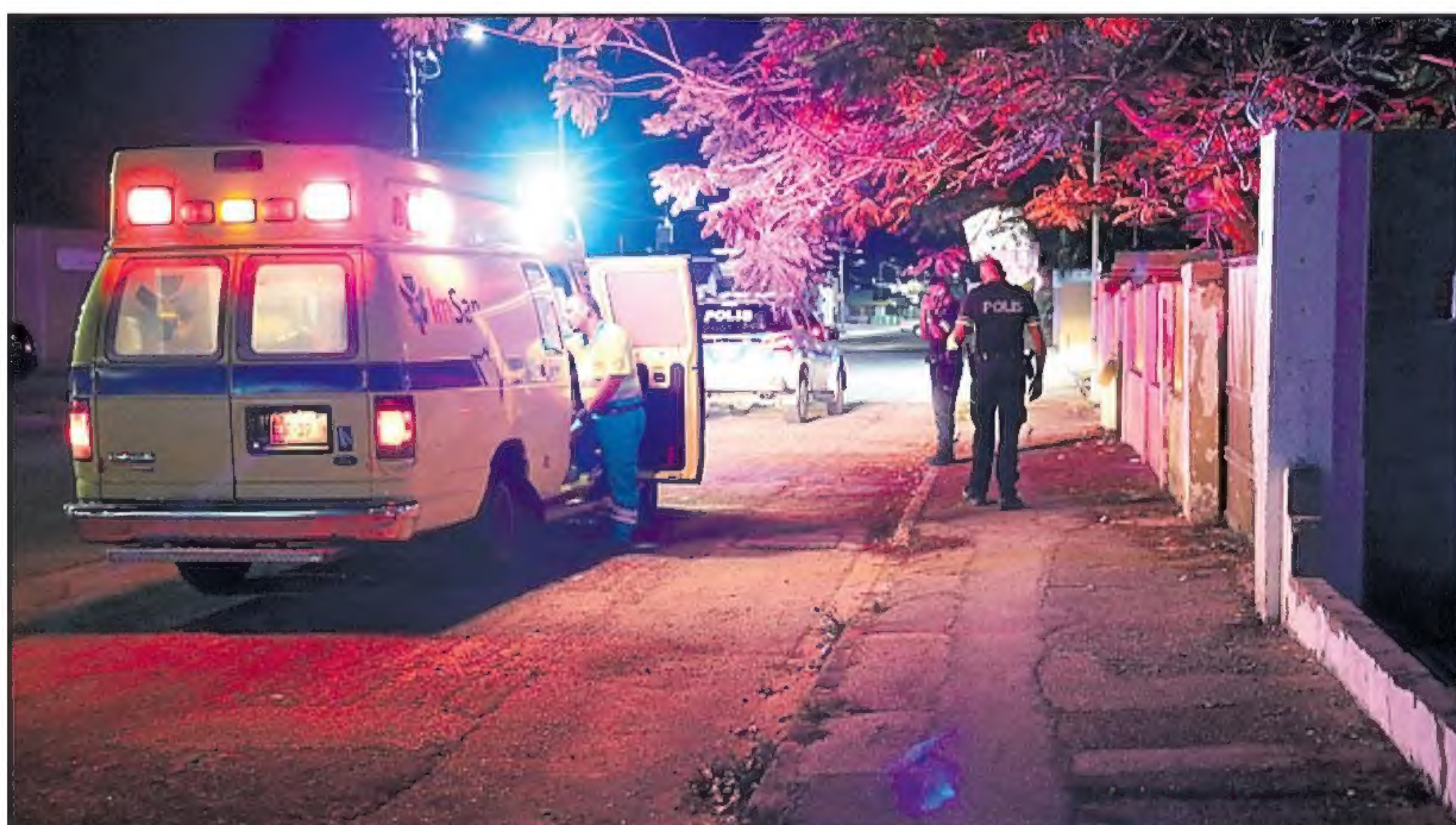
Segun e bisiña e homber mester ta bastante altera y agresivo. Polis lo a bay tira bista rond pa wak si por localisa e auto cu e homber aki.

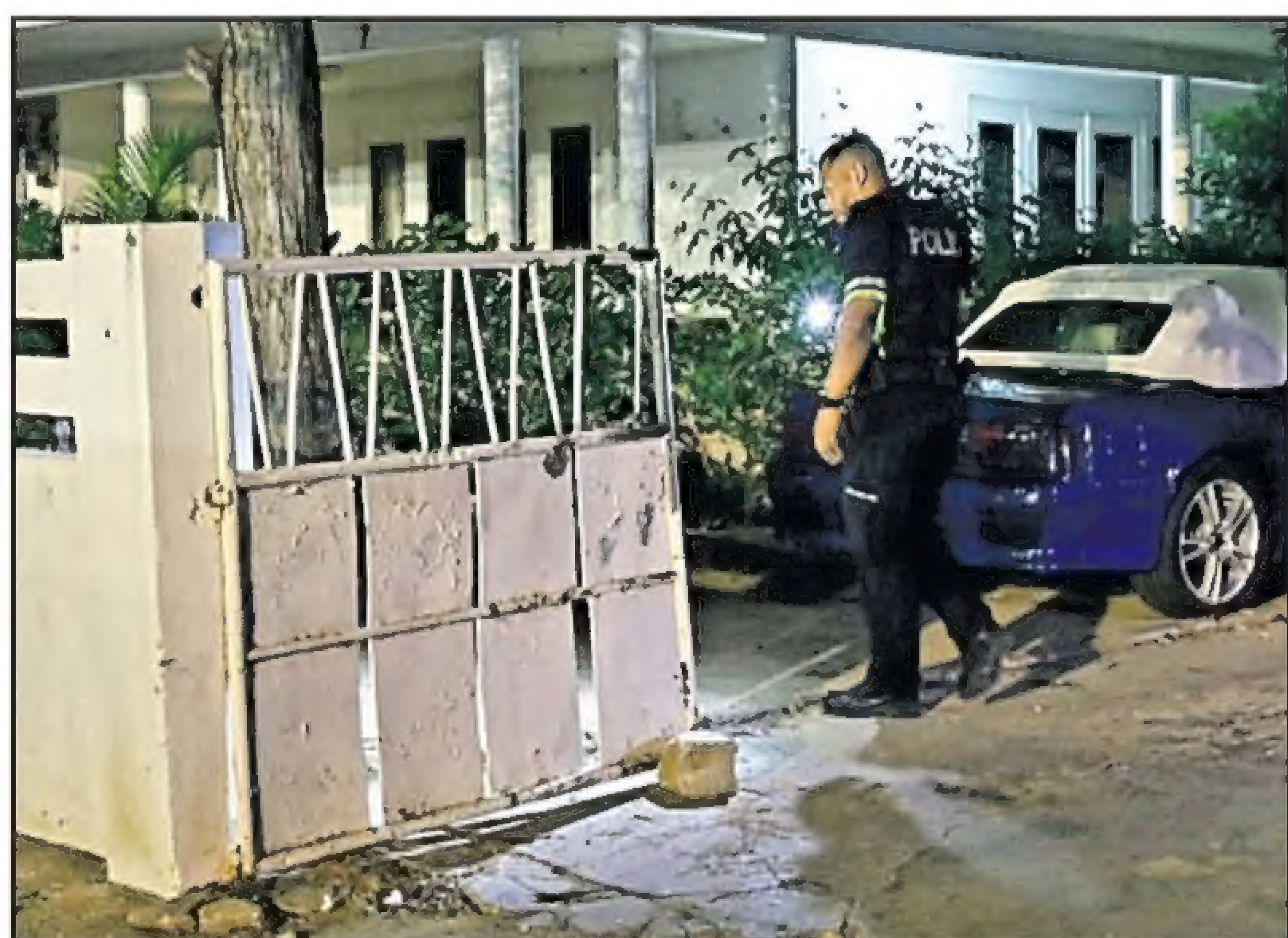
Muhe a hinca homber den nek















Diasabra anochi algo prome cu 9:30 polis y ambulance a bay dilanti Stadion Guillermo Prospero Trinidad unda cu un homber a wordo hinca den area di su nek.

Problema di pareha

Den Avenida Milo Croes polis a topa cu e homber cu a wordo hinca door di un muhe, probablemente su pareha.
Esaki a pone cu varios unidad di polis a cuminsa tira bista ariba e auto cu e muhe a bandona e sitio. Den e auto lo tawata tin un menor di edad tambe, cu mas sigur lo a presencia tur e problemal

Cuchiu haya

Den Stadionweg e victima a conta Paramediconan y polis cu e muhe lo a tira e cuchiu den un cura di cas.
E ambulance a bay cu a homber den Stadionweg pa mustra polisnan cua cas.

Despues di algun minuut busca polis a drenta un cura di cas habri y ta bin haya e cuchiu cu a wordo confisca.
Recherche tambe a presenta ey y departamento tecnico di polis a wordo pidi pa bin na e sitio.

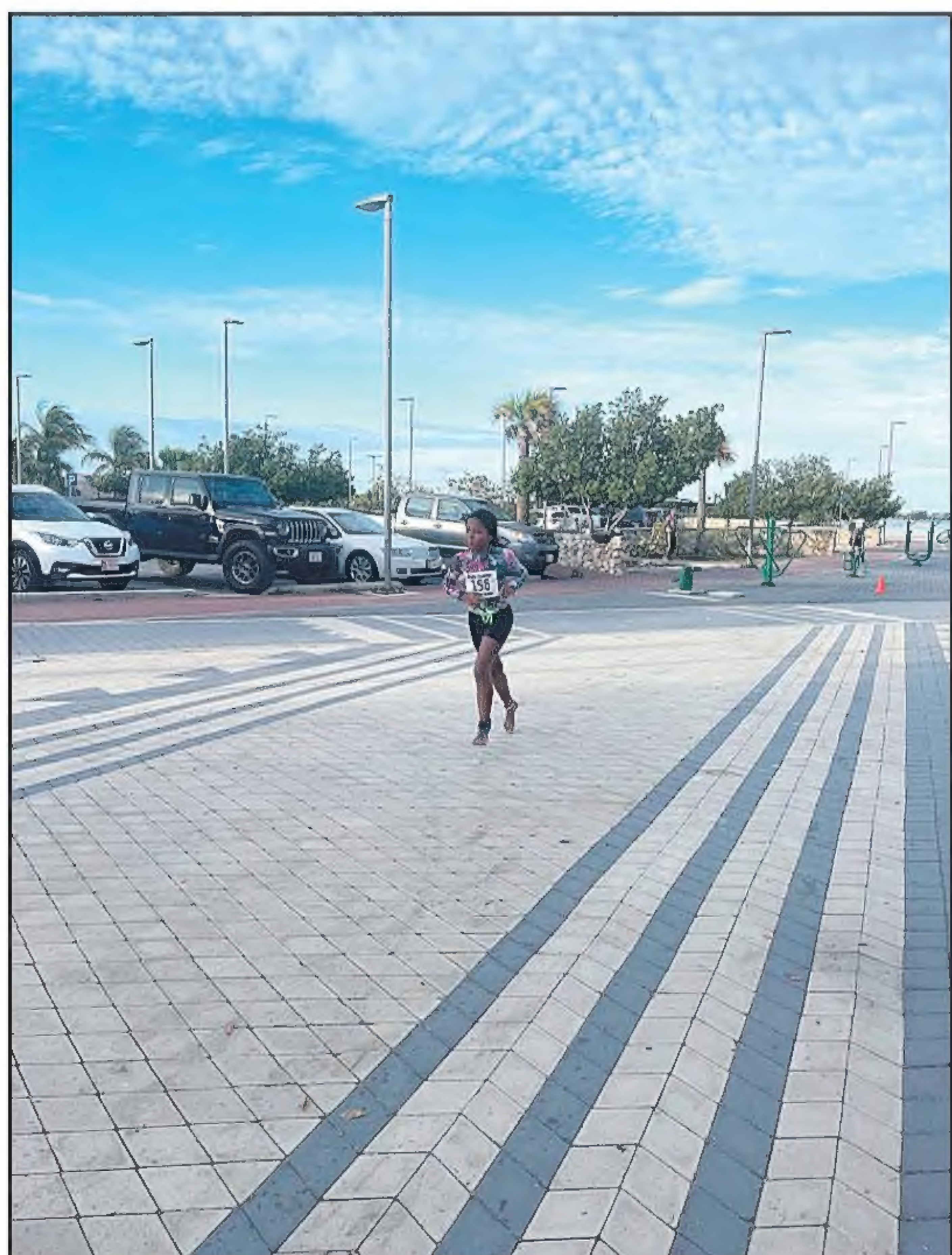
Na e sitio por a componde cu e hinca no tawata algo di gravedad, cu ta un bon noticia.

MINISTER ENDY CROES A HACI ACTO DI PRESENCIA NA INICIO DI COMPETENCIA KIDS OF STEEL

Excelente competencia organisa pa Aruba Triathlon Association









Diasabra mainta pa 6.45am a inicia e tremendo competencia di Kids of Steel organisa pa Aruba Triathlon Association. Categoria Mini Kids y Kids of Steel.

Un cantidad basta grandi di hoben atletanan entre 5-12 aña acompaña pa nan mayoornan tabata presente for di oranan di marduga. Minister Endy Croes a hiba un speech cortico na inicio deseando tur nos atletanan hoben y futuronan di mañan hopi exito. Deporte ta e vehiculo pa crea un mihor sociedad y sigur ta inculca e disciplina nesesario den nos atletanan. Un total di tres disciplina den un solo competencia esta landa, core bais y core na pia. Tabata tin oportunidad pa competi den forma di relay tambe. Na final di e careda e muchanan a ricibi un "goodie bag" den combinacion cu medaya pa esnan cu a cay den premiacion. Minister di Enseñasa y Deporte kier felicita Aruba Triathlon Association, boluntarionan, mayoornan y tur esnan cu di un of otro forma a duna nan contribucion pa hasi esaki posibel.

4D- Deseo-Disciplina-Dedicasion-Determinacion!

Minister Dangui Oduber

"JUMP18 - Aruba Childhood Obesity Prevention Program" a duna tremendo resultado











Diabierna den oranan di atardi Minister di Turismo y Salud Publico Sr. Dangui Oduber tabata presente na e ceremonia clausural di e prome programa di "JUMP18 - Aruba Childhood Obesity Prevention Program" na Gloria. E ta un programa multidisciplinario den maneho di obesidad den muchanan, afilia na Horacio Oduber Hospital. JUMP18 a cuminsa 14 di september di aña 2021 cu e meta pa haci un diferencia pa otronan, duna inspiracion y motivacion. Di e manera aki crea oportunidadnan nobo pa tur cu ta envolvi den e programa, por ehempel e mayornan, e profesionalnan y specialmente e muchanan.

JUMP18 ta consisti di un grupo di hoben Arubano cu ta profesionalnan medico, cu bao guia di un pediatra a desaroya un iniciativa pa empodera muchanan y nan mayornan pa mehora nan salud y bienestar. JUMP18 su meta ta pa yuda mayornan y muchanan biba un bida mas saludabel por medio di educacion y retando nan percepcionnan limita. Por medio di e proceso aki, e acceso ta wordo crea pa mayornan y nan muchanan bolbe descubri nan balor berdadero hunto cu un conocemento mas profundo den loke ta nutricion y salud.

Den ultimo 6 lunanan JUMP18 a duna diferente tipo di "workshops" bou guia di profesionalnan na nos muchanan y tambe na e mayornan.

E mandatario a afirma cu e programa aki ta cuadra cu su maneho cu ta basa riba prevencion. Pa prome biaha den historia Aruba nos tin un plan nacional di prevencion riba malesanan NCD's cu ta aproba pa Pan American Health Organization (PAHO). E plan nacional di prevencion ta un plan extenso cu e meta pa baha e cantidad di malesanan NCD's bou e poblacion di Aruba. E ta un plan pa a largo plaso yega na un fondo di AZV mas sostenibel. Pesey ta hopi importante pa cuminsa incorpora e importancia pa hiba un bida saludabel door di educa nos muchanan debidamente.

NCD's ta encera malesanan manera cancer, diabetes, cardiovascular, stroke y respiracion cronico. Tur e malesanan aki ta pisa hopi riba e gastonan di AZV, por ehempel diabetes ta ocaciona cu bo riñon nan ta stop di funciona optimal y conscuentemente bo lo mester dialysa. Un pashent cu ta dialysa tin un costo di 100 mil florin anual pa AZV y tur e malesanan aki por a wordo preveni. Obesidad y mal nutricion ta un di e causante principal di tur e malesanan menciona, asina e mandatario a splica.

Minister Dangui Oduber ta gradici Dr.Jamiu Busari cu ta e fundador y "senior researcher" di JUMP18 pa bin cu e iniciativa aki, sigur un danki tambe na henter e team di profesionalnan medico di JUMP18 pa haci e programa aki un exito. Danki tambe na tur e patronisadornan cu a duna nan sosten financiero of cu un/of otro producto cu a yuda haci e programa posibel. Un Danki na Dr Busari, henter e team di Jump 18 y sigur na HOH pa supervise henter e program ate na final, dunando un man unda cu nan por.

Nos por logra tin un communidad mas saludabel. E ta rekeri responsabilidad y compromiso pa cuida nos mes mas, come mas saludabel y ta mas activo. Hunto nos lo bai logra.

MINISTER DI DEPORTE A ACUDI NA PISAMENTO DI ATLETANAN PREPARANDO PA NAN COMBATE

Pa cu peleanan di boxeo entre Aruba y Curaçao den Centro Deportivo Betico Croes



Diasabra mainta Minister di Enseñansa y Deporte a pasa bishita e Atletanan durante pisamento na Centro Libertador Betico Croes. Tur esaki den cuadro di preparacion pa e combatenan cu tabata tin diasabra anochi na mesun Centro entre Aruba y Corsow. Por a tuma nota di varios atleta cu ultimo dianan mester a bay riba dieta hopi estricto y hasta algun cu pa mas cu un dia sin bebe awa pa asina por a "make" nan peso. Mas cu claro tur di nan tabata prepara cu nan botternan di awa pa asina nan caba di pisa nan por a cuminsa bebe liquido mesun momento. Bon tabata ta cu tur atleta a logra cuadra nan peso pa cu nan pelea.

Esaki ta ilustra cu e bida pa un atleta primordialmente den deportenan di combate manera entre otro Boxeo no ta uno fasil y ta requeri masha hopi entrenamento, preparacion fysico den combinacion cu preparacion mental.

Minister tabata contento di por a pasa saluda y mira parti di e pisamento. Pabien na organisadornan pero sigur pabien na cada atleta cu a prepara duro pa por tabata riba ring diasabra anochi. Subiendo ring caba Bo ta un ganador. Keep it up.







Aruba Airport Authority N.V. and Wings of Hope contributing to Earth Day 2022









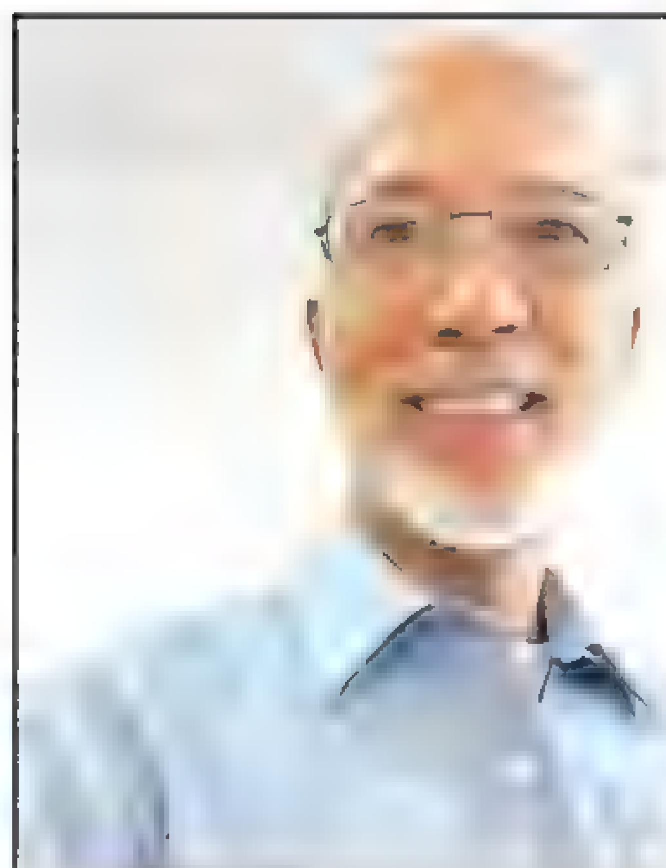
Aruba Airport Authority N.V. (AAA) and Wings of Hope (WoH) are proud to be contributing to the Aruban Community on Earth Day 2022.

Today marks the 52nd annual Earth Day and is recognized as a day to shed light on the ongoing and emerging global environmental concerns and the importance of change in human behavior and how everyone can contribute towards protecting the environment. Sustainability is one of AAA's strategic pillars being a guiding principle for the company. The United Nations' Sustainable Development Goals (SDGs) are anchored in the purpose, vision, values, and strategies of the organization.

This year's Earth Day theme is "Invest in our Planet" and based on SDG 15 Life on Land, AAA is proudly contributing to the environment through two very important projects. AAA has partnered up with Fundacion Parke Nacional Aruba (FPNA) for the development of their "Cas di Cultivo", an integral part of their Flora Biodiversity Enhancement & Climate Resilient Program which was officially inaugurated on April 22, 2022. This program entails the cultivation of native and endemic flora species, that in the future will be planted in a closed off botanical garden network, which will be created and maintained by FPNA to serve as haven for local flora and fauna and as an example of sustainable gardening practices. As part of WoH's Environment/ Sustainable Airport Community goal, WoH organized a beach cleanup on Saturday April 23, 2022 in the morning together with Scrubble Bubbles with more than 75 participants from the Airport Community, Grupo Scout Ora Ubao, family members and friends who helped clean the area at Rincon Beach. AAA would like to especially thank ABC Project Venture for providing a large waste container at the location where participants were able to dispose of the waste collected.

AAA hopes to positively influence other companies to also take steps towards making a difference in the Aruban Community.

Entrega di certificado“train The Trainers, bou di guia di dr. Robert Leal





Dialuna 11 di april Fundacion Desaroyo Integral (FDI) tabatin e suma placer di otorga na 11 funcionario riba e tereno social y/of educativo un certificado despues di participa na un curso extenso di “train The Trainers, bou di guia di dr. Robert Leal.
E funcionarionan aki a ser entrena di ser entrenado den e metodo di Emotional Freedom Techniques (EFT), popularmente yama tapping.
E funcionarionan aki ta apto awo pa duna training na nan coleganan riba tereno social of na skol y tambe na otro instancianan social y otro scolnan cu lo ta interesa pa haya conocimento y practica riba e metodo aki. Den e entrenamento cu dr. Robert Leal nan no solamente a profundisa e metodo, pero tambe e parti psycho terapeutico pa atende e diferente aspectonan cu ta bin dilanti den e proceso di ayudo y e didactica como entrenado.

Dr. Robert Leal a keda sumamente impreciona cu e talento y entusiasmo di e entrenadonan.
Ta aplica e metodo aki di EFT exitosamente aki den caso di problemanan social-emocional den caso di trauma, agresividad, violencia, actitud neurotico, adiccion, distorsion cognitivo den e diferente areanan di bida diario, etc....

E metodo aki ta efectivo tambe pa problemanan mental y cognitive, manera problema den sinamento, of destorbionan mental.
Pero tambe den caso di problemanan fisico, dolo y diferente malestar e tapping aki ta hopi efectivo. Y esaki conta pa tur edad.
Y ta conoci no solamente den e practica na Aruba, pero tambe internacionalmente cu e problemanan ta keda hopi lihe soluciona.
Dialuna atardi den presencia di diferente director di e instancianan y scolnan concerni e certificadonan a ser otroga.
Ta bay un cordial pabien na tur e entrenadonan ta desea nan forsa y perseverancia pa sigui aplica e metodo aki cu hopi animo den e trabou importante cu nan ta eherce.

E programa di Train The Trainers tabata posibel danki na e colaboracion y subsidio ricibi di Cede aruba.

Dama su so cu 2 mucha na cas a bati alarama ora cu un desconocido kier a drenta e cas

Den oranan di mainta a drenta informe di cu un persona desconosi kier drenta un cas na Madiki, mesora a dirigi un patruya na e sitio.

Na yegada di e patruya a bin compronde cu aki ta trata di un caso unda cu e dama tabata den e cura cu e porta di cas habri ora a mira un persona na e porta di cura y acore pasa man pa e 2 muchanan y drenta sera nan mes den cas y a yama polis. Segun e dama e persona desconosi tabata tin un muts preto y flanel blauw.

Polis a rondia den e area pero no a bin encontra cu e sospechoso.



Bucuti & Tara Ta E Unico Resort Na Aruba Cu A Wordo Nombra Den E Lista Prestigioso Di Travel + Leisure's 500 World's Best Hotels

Bucuti & Tara Beach Resort ta sumamente orguyoso di ta un ganador di e Travel + Leisure 2022 T+L 500 cu a wordo desvela awe. E iconico T+L 500 ta reconoce e mihor hotelnan na mundo, y Bucuti & Tara ta e unico resort na Aruba cu a wordo nombra den e lista prestigioso aki.

E proceso pa forma parti di e lista aki a cuminsa un aña pasa, ora suscritornan di Travel + Leisure a cuminsa vota pa nan destinacionnan, resortnan, etc. favorito via e encuesta di World's Best Awards. Basa riba e resultadonan di e encuesta di World's Best Awards di 2021, Travel + Leisure a obtene e 500 miho hotelnan na mundo pa nan edicion di 2022 di e T+L 500. E 500 propiednan honra door di T+L ta dividi den ocho region geografico y e lista aki ta diseña pa funciona como un recurso di confiansa pa miyon di biaheronan entusiastico cu ta buscando e biahe perfecto.



Travel + Leisure ta un di e medionan di comunicacion di biahe mas prestigioso y confia na mundo. Biaheronan mundialmente ta confia den e lista aki pa plania nan proximo aventuranan, basa riba autenticidad y pasion. Riba tur e plataformanan di T+L, nan compromiso pa eleva e experiencia di biaheronan ta wordo refleha. E enfoke pa brinda lo miho di lo miho den un experiencia di biahe ta wordo descubri den e experiencia di biahe di cada huesped cu ta keda na Bucuti & Tara Beach Resort. E huespednan cu ta keda na e resort situa na Eagle Beach ta sinti con su pilarnan di romance, wellness y importancia pa medio ambiente ta wordo respalda door di ta e Hotel No. 1 den Caribe y No. 10 na Mundo pa Romance, mientras tambe siendo e Prome y Unico Resort den Caribe cu ta Certifica Carbon Neutral.

Travel + Leisure ta un di e medionan di comunicacion di biahe mas prestigioso y confia na mundo. Biaheronan mundialmente ta confia den e lista aki pa plania nan proximo aventuranan, basa riba autenticidad y pasion. Riba tur e plataformanan di T+L, nan compromiso pa eleva e experiencia di biaheronan ta wordo refleha. E enfoke pa brinda lo miho di lo miho den un experiencia di biahe ta wordo descubri den e experiencia di biahe di cada huesped cu ta keda na Bucuti & Tara Beach Resort. E huespednan cu ta keda na e resort situa na Eagle Beach ta sinti con su pilarnan di romance, wellness y importancia pa medio ambiente ta wordo respalda door di ta e Hotel No. 1 den Caribe y No. 10 na Mundo pa Romance, mientras tambe siendo e Prome y Unico Resort den Caribe cu ta Certifica Carbon Neutral.

Nissan Fuga a ranca palo di luz diadomingo marduga





Avenida Nelson O.Oduber - Diadomingo marduga rond di 1'or polis a bay den area di rotonde di Superfood pa un accidente di auto.

Den algun minuut polis a yega e sitio, y a topa cu un Nissan Fuga cu a ranca un palo di luz.

Tire lo a rementa

Na e sitio nos a compronde cu e tire banda robes a rementa y esaki a pone cu e auto a perde control ranca un palo di luz.

Ariba imagen por mira e daño material di e Nissan Fuga cu a resulta di ta basta.

Elmar a wordo poni na altura.

No tawata tin hende herida.

MINISTER ENDY CROES A BISHITA VELD DI FLATSTONE NA PIEDRA PLAT

En conexion cu mantencion urgente pa weganan Internacional







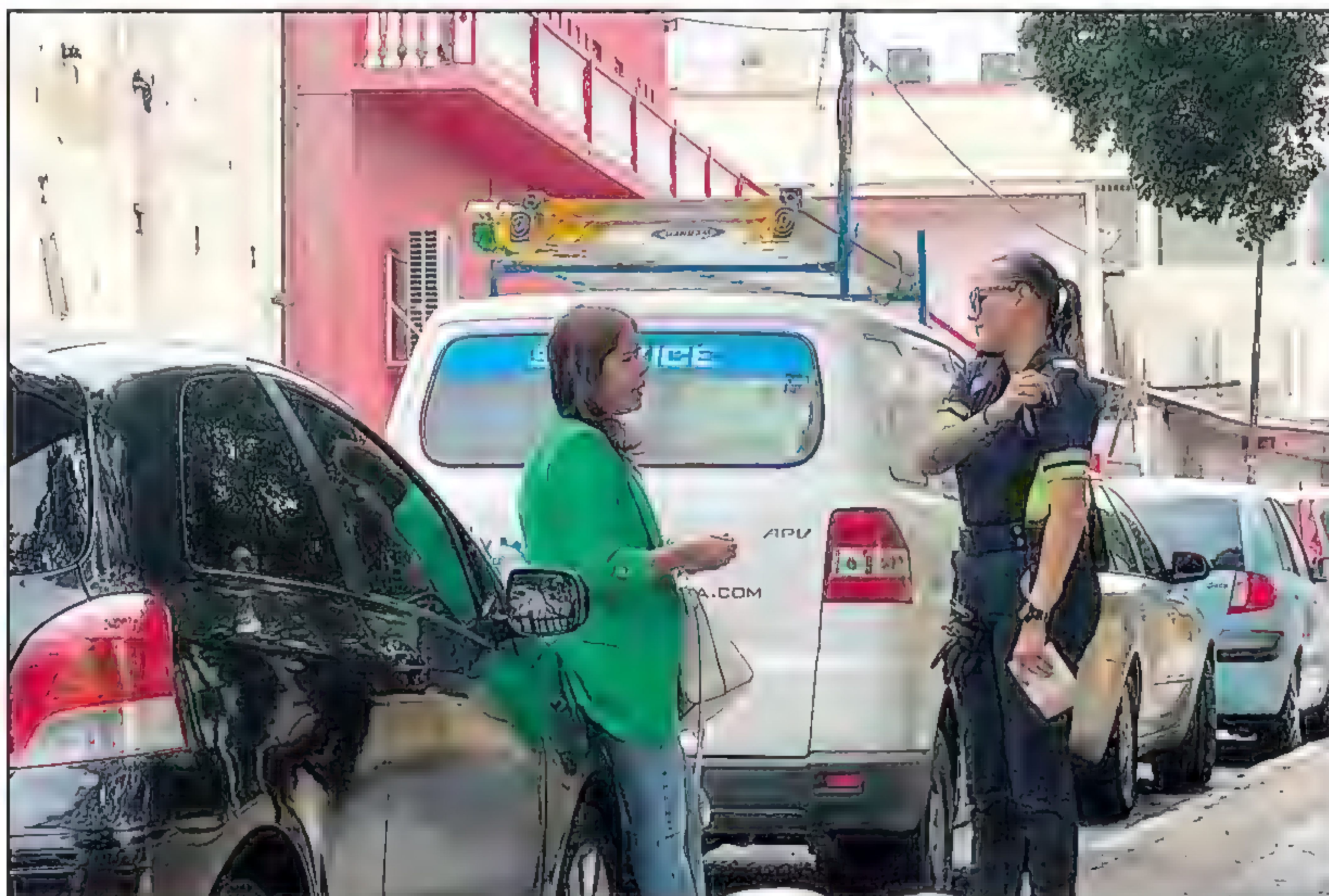
Presidente di SV Flatstone a informa Minister Endy Croes cu e veld mester di basta mantencion. Fin di luna di mei proximo ta bai tin un torneo International di softball cu varios equipo di exterior. Lamentablemente e lusnan cu a wordo instala na aña 2008 ta dunando basta problema y mester un mantencion intensivo. E realidad ta cu masha hopi organisacion di softball y baseball tur dia den siman ta hasi uso di e veld aki pa cu nan training.

Minister Endy Croes a splika cu ta bai sondea mesora kiko ta e posibilidanan pa por yega na fondonan pa mantencion pa duna un atencion urgente na e lusnan pa asina e Torneo Internactional por tuma lugar riba dicho tereno sin problema y tambe pa organisacionnan local por hasi maximo uso di e tereno.
Hunto nos ta logra.

Deporte ta On ora tin
Deseo, Disciplina, Dedicacion y Determinacion
4D

Polis a laga tow varios auto malstaciona, otronan a yega y a haya nan boet mesora











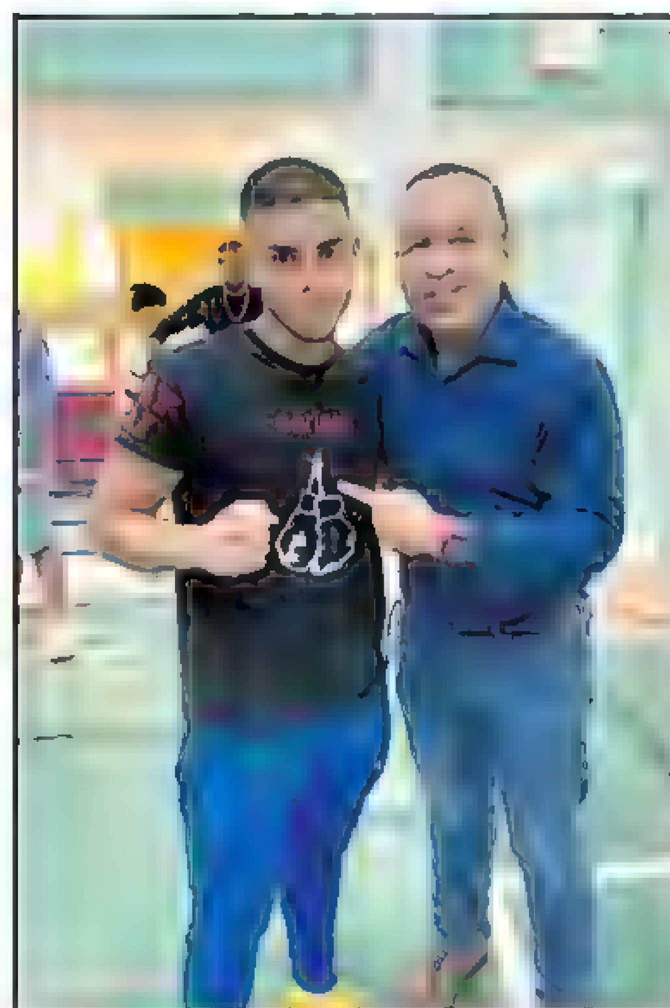


Den oranan di mainta polisnan atento a bolbe cuminsa actua riba e autonan malstaciona den Klipstraat, Rifstraat y den cercania. Polis a pidi pa takelwagen y esaki a presenta pa kita e autonan malstaciona. Varios auto a ser kita for di eynan y esnan cu a regresa prome cu e takelwagen a yega bek a haya nan boet mesora sirbi na e sitio mes pa e oficialnan.

MINISTER DI ESEÑANSA Y DEPORTE ENDY CROES A BISHITA E EXITOSO EVENTO DI ARUBOX PA " DIA DI REY"











Minister di Enseñansa y Deporte Endy Croes a acudi na e evento di Boxeo organisa pa Arubox diasabra ultimo cual a carga e nomber Boxing event "Dia di Rey". Corsow tambe tabata presente cu un delegacion basta amplio. Atletanan di clubnan di Aruba a bay den combate contra atletanan di nos hermana isla Corsow. Un total di 13 pelea di cual 2 tabata combatenan di exhibision. Nos por a tuma nota di e promer pelea di exhibicion cu tabata entre 2 atleta di apenas 11 aña Aruba vs Corsow y ambos cu un talento enorme. Diasabra anochi 7pm a inicia cantando himno tanto di Aruba y di Corsow.



Tur e atletanan tabata riba ring y Minister di Deporte a hiba un bunita speech. Banda di a felicita e organisadornan y jamando bonbini na delegacion di Corsow y publico presente a ilustra cu deporte di combate cierto momento ta pone adrenalina y emocion bay halto pero mester corda semper cu disciplina mester prevalese.

Deporte ta keda e vehiculo pa crea amistad y crea un mihor ser humano pa nos sociedad. Minister a pidi e atletanan gana of perde nos keda sportief y na final importante ta pa nos sera amistad y esey ta e grandesa di deporte y tur deportista. Riba ring of cualkier tereno di bala nos ta competi fuerte contra otro pero despues di wega of combate nos ta bon of aun un mihor amigo di otro. Disciplina ta importante. Minister den nomber di gobierno di Aruba a duna su compromiso y sosten na deporte di combate pero sigur na tur deporte di henter Aruba. Racha di Boxeo a transmiti e evento aki "live" y sigur un palabra di danki pa esaki. Pabien Arubox un biaha mas cu e tremendo evento brindando nos muchanan e oportunidad pa entrena duro y practica un deporte





cu ta exigi hopi condicion fysico y preparacion mental. 4D- Deseo-Disciplina-Dedicasion y Determinacion ta nos "motto" den deporte Minister a termina splicando.

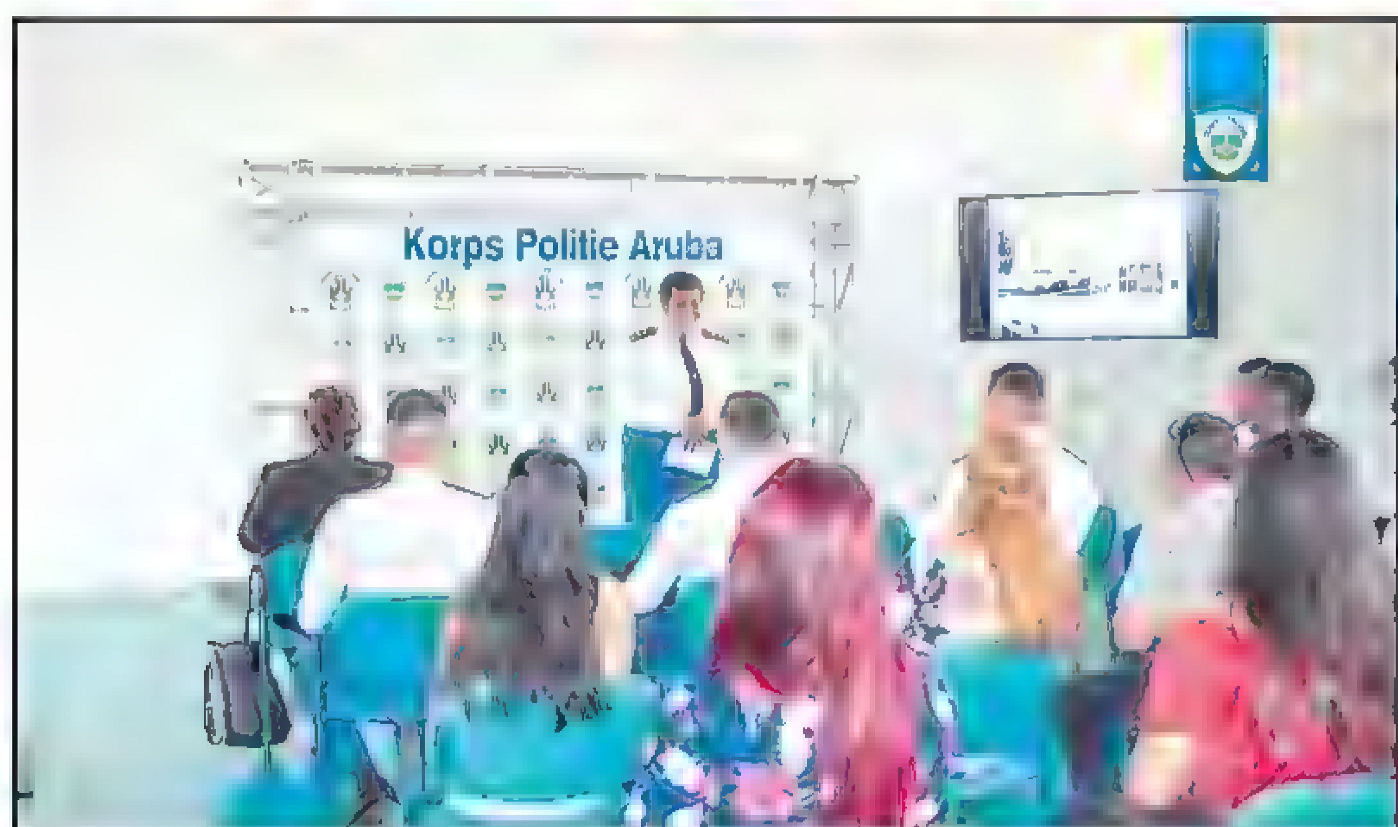
Un total di 52 polis a ricbi nan promocion gubernamental

MAS BLAUW RIBA CAMINDA













ARUBA: Den un evento ameno na John F. Kennedy Education Center na Oranjestad a tuma lugar entregamento di promocion y decreto gubernamental na 52 polis. Parti den diferente klas, altocomisario suplente Sra. Irma Gordon den presencia di coleganan y famianan a haci e entrega na e ocasion special aki.
Ta trata aki di e prome klas cu a termina nan prome dos añanan di nan estudio. Nan a wordo promovi for di aspirant pa agente di primera klasse: C. De Cuba, L. Lopez Pineda, K. Kock, M. Violenus, J. Ruiz, D. Fernandes Perna, P. Maduro, A. Villamizar, M. Voz, N. Mongen, M. Martilia.

Tambe un grupo grandi di polis a termina nan estudio policial cu a dura 4 aña exitosamente. Nan a ricibi nan diploma di MBO nivel 4 y awor nan ta cla pa sigui eherce nan trabou pa nos pais. Ta trata aki di polisnan: J.Kraag, D. Franken, A. Garcia Melo, M. Angela, A. Morillo Rojas, G. de Castro, T. Maduro, E. Tromp, M. Westerhof, K. Janga, D. Kock, J. Alavarez Espinal, N. Sanches Salas y A. Henriquez.
Un grupo di polis tambe a ricibi nan promocion y a subi di rango. Di brigadier awor nan a bira Brigadier eerste klasse. Ta trata aki di polis: A. Leonard, G. Pietersz, F. Kock Severino, M. Henriquez, J. Lucktert y R. Ras.
For di Sub-inspector pa Sub-inspector primera klasse: G. Oduber.

Nos cuerpo tin polis hoben studia, cu gana y animo pa sirbi nos Pais. Nos ta contento di mira un biaha mas un grupo grandi di polis ta logra hayanan promocion of decreto gubernamental. Nos ta hopi orguyoso di boso. Pa e hobenan cu a haya nan promocion pa agente primera klasse sigui haci boso best, boso ta na mitar caminda pa caba boso estudio policial. Na e polisnan cu a terminanan estudio policial hopi exito! Awor aki boso carera policial ta inicia. Brinda e servico, integridad y seguridad pa nos pais. Na polisnan cu a yega brigadier eerste klasse sigui cu e mesun dedicacion y animo pa nos pais. Nos ta orguyoso di cada un di boso, for di momento cu boso a cuminsa cu bo estudio policial t'e cu awe cu boso ta brigadier eerste klasse! Na famia di cada polis nos ta manda un palabra di gradicimento na boso cu ta laga boso sernan keri dedica nan tempo pa sirbi nos pais.E no ta un trabou facil pero sea orguyoso di mira boso ser keri sigui prospera pa hiba nos cuerpo y pais padilanti. Di parti Cuerpo Policial Aruba, MASHA PABIEN y HOPI EXITO!









Na Bushiri: Tabata un accion relaciona cu un investigacion di arma di candela





Siman pasa autoridad a acudi na un cas na Bushiri, unda a haci investigacion pa arma di candela. A detene dos persona (un muher y un homber) y a confisca un arma di candela y balan-an. Investigacion ta sigui.



Polis a logra detene e sospechoso cu a drenta Botica Oduber y sali cu mercancia sin paga

Den oranan di atardi despues di cu un persona a drenta Botica Oduber y a sali cu mercancia sin a paga pa esakinan, polisnan pasando den Concessielaan a bin topa cu e sospechoso cu lo a horta e mercancia. Mesora polis a detene y a pidi e vehiculo di transporte pa bin buske y hib'e na warda di polis y despues pase pa recherche.





Fundacion CINEARUBA cu actividadnan na caminda pa Playa Film Festival



E festival di cine local ta bek e aña aki na october cu su di dos edicion. Prome cu esaki fundacion CINEARUBA lo organisa diferente actividadnan pa stimula e participacion tanto di publico como di e participantenan.

Na caminda pa Playa Film Festival ta consisti di diferente presentacionnan di pelicula y tayernan. Riba diasabra siete di mei lo tin presentacion di tur peliculanan cortico local cu a forma parti di Playa Film Festival di aña pasa. Riba e mes un anochi lo duna informacion tocante e festival di cine di e aña aki. Tanto e publico y e participantenan lo por haci preguntanan relaciona cu festival di cine di e aña aki.

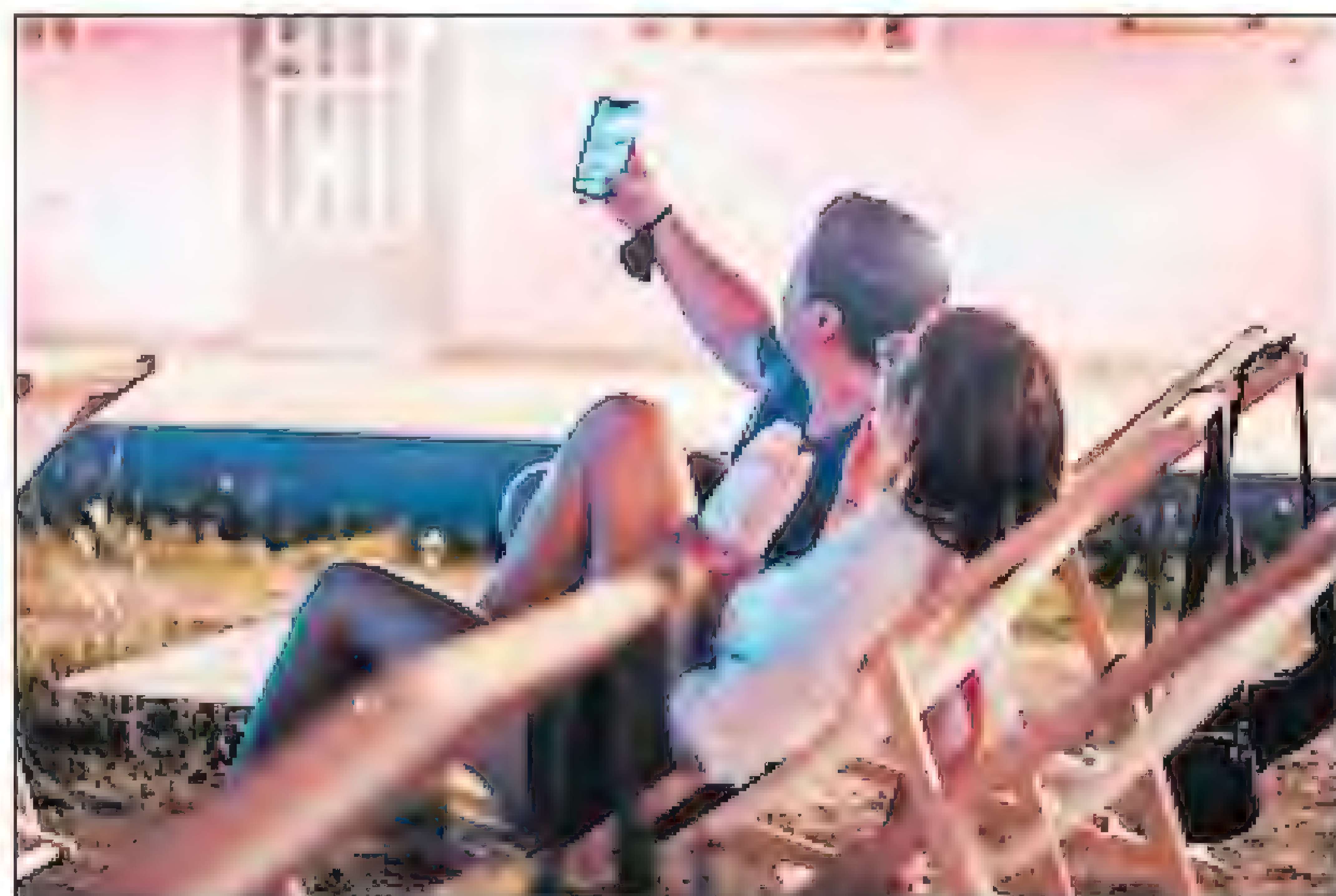
E aña aki e festival ta enfoca riba e aspirantenan, pa esaki CINEARUBA lo organisa na juli diferente tayernan cu ta skirbi script pa principiante, camera pa principiante, produccion pa principiante, zonido pa principiante, direccion pa principiante y edicion pa principiante. E intencion ta pa esnan cu participa na e tayernan por traha nan mes un peliculanan pa por participa na e festival di cine.

Participacion di peliculanan ta habri te cu 15 di augustus. Personanan interesa por bishita e pagina https://filmfreeway.com/playafilmfestival y somete nan pelicula online. Ta acepta pelicula unicamente pa via di Film Freeway. Tin dos catecoria cu ta pelicula cortico y pelicula largo. E aña aki e peliculanan cu ta oficialmente selecta den competencia lo participa pa Playa Film Festival miho pelicula cortico premio publico y miho pelicula largo premio publico. E festival di cine ta categorisa pelicula cortico, e peliculanan cu ta yega te 40 minuut y peliculanan largo ta e peliculanan cu ta di 40 minuut bay ariba. Tur pelicula cu no ta na Ingles mester tin subtitulo na Ingles. Ta acepta peliculanan no mas bieu cu dos aña.



Playa Film Festival edicion dos lo ta di diahuebs seis di october te cu diadomingo nuebe di october. Lo tin diferente presentacion di peliculanan largo y cortico, incluso diferente categoria entre otro animacion y pelicula pa mucha. Tambe lo tin diferente tayernan pa mucha. Aña pasa a crea un serie di peliculanan cortico bao di e nomber di Kingdom of Shorts. E aña aki lo combina dos peliculanan cortico hunto cu un peliculanan largo y despues di e presentacion lo tin un charla cu e creadornan. Pa e edicion di aña aki lo tin un exposicion di cine cu lo enfoca riba e trabaonan di cineasta Juan Francisco Pardo, kende ta celebrando 30 aña den media.

E nochi di pelicula lo tuma luga riba diasabra 7 di mei na Ateliers '89 y e lo cuminsa pa 8'or di anochi. E peliculanan cu lo wordo pasa riba e anochi aki ta entre otro Kimaterra di Ken Wolf, Bon Trabaou di Ronney Dotel, Nos ta un di Julie Merencia y E soño di fiesta den sabana di Jhon Freddy Montoya.



INVERTI DEN NOS PLANETA



Cu hopi satisfaccion mi a lesa den corant cu minister Ursell Arendsz a pone un paro temporal pa duna permiso na compañia di deporte acuatico (watersports). MASHA DANKI minister. Pero ami ta bay usa e decision aki pa bay un poco mas leu. Ami ta bin cu e peticion pa stop completamente cu tur e sorto di watersports aki, unda e botonan aki ta usa combustibel y ta maneha e botonan na un velocidad halto y peligroso. Mi sa di antemano cu esnan cu tin un negoshi den esaki lo sapatia. Mi ta bay splica e pakico mi ta contra e watersportsnan aki. Dia a traha e ley pa duna e sorto di watersports aki permiso, mi tabata Secretaris di Raad van Advies. Nos a tende varios persona di Medio Ambiente. Un di nan a splica dicon e ta contra di esaki. El a splica cu e combustibel (benzine, gasolina etc) cu e botonan aki ta usa, ta drenta den lama y zak te na e santo. Eynan e ta keda drumi y ta bira manera un lodo. Bo NO ta sinti e santo blanco los, bou di bo pia. Nan a conta cu esaki a pasa entre otro na Cancun te cu turismo a cuminsa bay atras. No solamente e santo di laman dilanti di e hotelnan a contamina bira lodo, pero tur e parti te dilanti di aeropuerto. Un laman bunita y calmo cu ta invita bo pa landa, pero asina bo drenta bo ta sinti e lodo (slip). Pesey hopi turista ta core bay sea Mangel Halto of Baby Beach. Na e hotelnan mes nan ta conseha turista pa bay otro beach. Un par di biaha mi a skirbi den Face Book pa NO admiti e watersportsnan aki na e beachnan aki. Tuma como ehempel e accidentnan cu a pasa. Esey ta mortal pa nos turismo. Awor a cuminsa traha un hotel banda di Rodgers Beach y Baby Beach. Kizas bon pa e economía pero mester tene hopi cuenta cu e Medio Ambiente. Por fabor, nada di e watersports cu boto cu ta usa gasolina, diesel etc.

E pregunta e ora ey ta bira, cua atraccion tin pa e turistanan? Na prome luga lo ta bon pa pone un separacion entre e parti cu ta solamente pa hende landa y e otro atraccionan. Ke hubo di usa kayak, sailboat (velero chikito /mediano) y e peddle unda hende ta peddle para. Hende ta sinti nan mes mas sigur y proteha. Nos beachnan lo recupera pero tambe nos turtuganan lo keda hopi agradecido. Mira tortuganan chikito sali di nan neshi, ta algo inolvidabel. Pa e turistanan tambe e ta algo maravilloso.

Otro problema ta e ATV/UTV cu ta causa hopi accident. Ayera mes tabatin otro accident. Nan ta danja nos duinen. Nos flora y fauna. Nan ta un peliger pa e trafico. Riba FB a ser publica un foto di un conenchi mama mata pa un di e vehiculonan aki. Su paden cu babies plama banda di dje. Esta tristo. A yega di pensa riba alternativo? Ke hubo di ofrece na hotelnan foyetonan cu diferente hiking trails. Nos tin hende Arubiano cu ta gusta hike y cu por duna algun idea. Ami tin un: un hikingtrail pa Cas Tan Tin cu ambiente Arubiano. Nos hende bisti den panja di antes. Un caha di orgel cu ta toca nos piesanan. Cos dushi típico Arubiano manera cocada y otro cos dushi. Presentacion di un baile típico manera masurca. Un artesano cu ta traha pochi di klei y tin algun traha caba pa bende. No 'made in China' of 'Taiwan' pero na Aruba cu dibuhonan típico di nos. Awa di Coco fresco pa bebe. Turistanan ta keha pa hopi anja caba cu nos isla ta americanisa y cu nan no ta wak nada di nos propio cultura. E presentacion na Willem III Toren ta algo bon pero falta mas. Esaki ta un par di idea.

Mas cu 40 anja pasa mi a traha mi cas na Mangel Halto. Mi famia tabata feliz, canti lama. Despues nos a presencia 2 biaha un 'oilspil'. Nos a yora di wak con e beach y e mangrovenan a ser mancha cu zeta preto. Nos a wak piscanan saca nan cabes riba awa y hap pa haya poco oxigeno. Pa tapa loke a ser susha y mancha a tira santo blanco riba e beach. A tuma Hopi anja pa e petroli pega riba e mata di mangrove a cuminsa desparse. Awa di laman tabata drenta paden y duna tur e mangrove awa. Esaki tabata broeikas pa hopi pisca. Awor aki no tin nada mas di esey.

Mangel Halto a bira un luga turístico unda tur dia hopi hende ta bin landa y scubadiving. Pero e caya di Spaans lagoenweg ta na werki. Minister Dangui Oduber, please bin tira un bista. Si resta un poco di asfalt, please drecha e caya aki. Nos vecindario tin por lo menos 4 carta aden cu e peticion aki, tanto na DOW y na bo persona.

Minister Ursell Arends, mi ta pidi bo di curason pa elimina e watersport ey cu boto cu ta usa combustibel y cu ta ser maneha di un manera irresponsabel cu ta causa accident y duna Aruba un mal nomber den exterior. Por favor, di berdad: INVERTI DEN NOS PLANETA. CUMINSA CU ARUBA.

Mr. Alida (Lily) Marval



SOLO SALUD



SEIS ALIMENTO CU TA YUDA AUMENTA E MASA MUSCULAR

No tin duda cu pa gana musculatura mester train y ta constante den e tarea aki, pero bo tabata sa cu ademas di esaki tin alimentonan cu ta yudabo aumenta e masa muscular?

Si bo kier siña algo di esaki, e articulo aki ta p'abo. E musculo ta un tehido cu ta componi den su mayoria pa awa y un 22% door di proteina.

Por lo tanto, e aporte di e nutriente aki den e dieta ta repercuta di forma directo den e structura y den e sintesis.

Tambe, e vet y carbohidratonan tambe tin cu consumi'e den cantidadnan adecua.

Alimentonan cu ta yuda aumenta e masa muscular

Na prome luga, pa gana masa muscular mester tene un balance positivo di energia, loke ta nifica cu pa e calorianan total mester aporta por medio di e dieta mester ta superior na e rekerimentonan diario.

Esaki ta loke ta conoci como superavit of regimen hipercalorico.

Den adicion, e profesionalnan di nutricion, ta sugeri cu cu e aporte di proteina abarca desde e 12 gram pa kilo di peso te na hasta 2,5 gram pa dia.

E lo depende, naturalmente, di e tipo di actividad cu realisa, e duracion y e particularidadnan di cada persona.

Den consecuencia, pa yega na e balor aki, mester priorisa e consumo di alimento cu ta fuente proteico, como tambe considera e calidad di esaki.

Nos lo contabo e ora, ki alimentonan lo yudabo na aumenta bo masa muscular.

Webo

Webo tin un composicion proteico completo y ekilibra, ya cu e ta contene tur e aminoacidonan esencial (unidadnan structural cu ta integra e nutriente aki) cu mester aporta na e dieta, debi cu e curpa ta incapas di produci nan.

Tambe, ta considera cu e tin un balor biologico superior na otro productonan. Den concreto, e proteina ta predomina den e blanco di webo y loke ta destaca mas ta albumina.

Sin embargo, den e dor tambe por haya ovolecitina y ovomucina. E ora, den 100 gram di e alimento aki nos por haya 12 gram di e proteinanan, cualnan ta absorb den un 95%.



Carni

Carninan tambe ta wordo considera como fuente di e nutriente aki. Segun datonan di e Fundacion Spaño di Nutricion, e ta proporciona entre un 15 pa 22% y ta, ademas di calidad halto.



Pero tin algun tipo cu por supera e balor aki. Tambe, den e comestiblenan aki tambe tin mineralnan manera hero, zinc y fosforus.

Algo cu sa genera duda ta si den e carni cora y den esun blanco e contenido proteico ta diferencia.

E realidad ta cu no ta existi un diferencia notorio den nan. Den e sentido aki, loke cu por varia ta e aporte y e calidad di e vetnan aki.

Lacteo

E proteinanan di lechi tambe ta wordo considera di balor biologico halto. Den 100 mililiter di e alimento aki tin 3.6 gram di dje, di cual mester destaca cu caseina, ya cu ta consistui un 80% di e total.

Ta danki na esaki cu por produci derivadonan lacteo manera keshi y yoghurt.

Quinoa

Quinoa ta un pseudocereal, un grano conoci desde temponan antiguo y uza originalmente pa e pueblonan Andino.

Algun aña pasa, su consumo a eleva den diferente luga di mundo, debi cu diverso estudio a demostra cu ta completo den proteina compara cu otro cereal.

Asina e ta aporta desde 13 pa 16 gram di e nutriente aki den 100 gram di alimento, como tambe vitamina y mineral.

No ta di desprecia, tampoco su contenido halto di acidonan graso, omega 6 y di fibra.

Boonchi

Bonchinan ta wordo caracterisa pa su elevado contenido proteico, ya cu e ta contene entre 17 y 25%.

E proporcion aki ta similar na e aprote cu carni tin, sin embargo cu calidad ta wordo afecta. E grupo ta deficitario den e aminoacido metionina y glicina.

Esaki no kiermen cu nan no ta alimentonan cu ta yuda gana masa muscular, sino cu tin cu complementa nan cu otro productonan cu ta mehora su aporte proteico, manera por ehempel cereal.

Personanan vegetariano of vegano mester haci e suplementacion aki.

Cereal

Cerealnan, vooral esunnan integral, ta alimentonan cu tin un calidad nutricional considerabel.

Nan ta aporta fibra dietetico, mineral y casi no ta contene vet. Respecto na su aporte proteico, e balor aki ta varia entre 7 y 15%.

Aunke e contenido aki no ta igual ana otro comestiblenan, ta un grupo cu e poblacion ta consumi tur dia.

Entre e mas destacanan pa contribui na e musculatura por menciona avena y aros integral.

Alimentonan pa aumenta masa muscular: kico mester keda cla?

Tene na cuenta cu e lista di alimento aki si bo kier logra cu bo musculonan aumenta. Naturalmente cu e cantidad cu bo tin mester pa ingeri ta bay depende di bo caracteristicanan individual, pa cual nos ta consehabo pa consulti cu un profesional di e nutricion.

Tambe, tene presente cu bo mester train lo suficiente y tin un descanso adecuado pa logra esaki.

E dieta no ta magico den e punto aki y ta remarca na un estilo di bida di acuerdo na e obhetivonan cu propone.

Museo Cas Tan Tin cu Feria di Rey 2022





Diaranson 27 di april 2022, Museo Cas Tan Tin na Pos Abao 19 ta tene e feria crioyo dedica na Dia di Rey 2022. E ta un dia di famia for di 12:00 pm te cu 9:00 pm. Tin wega pa mucha, tentnan di cuminda tipico, hopi musica, baile y benta di mata, buki, boca dushi, souvenir, facepainting, juice di tamarijn y e splicacion di e bida y custumbernan den Cas Tan Tin.

Den e 20 tentnan lo tin cuminda tipico manera cabrito-, galiña-, papaya stoba cu pan bati, sopi carni y galiña. Tambe boca dushinan bolo, cuki, tert y e famoso frio den 4 sabor.





Algun wega pa mucha cu tin ta competencia di auto Matchbox, grabbelton, sjoelbak, tira bleki y mas.
Musica ta den man di Robert Maduro y banda AZUCAR, Caha di orgel "El Diamante", John Paul Rapista, Reno Steba y banda, Gucci Dancers.
Fundacion Mi Cutisa, conoci pa su eventonan dushi y unico, ta invita Aruba pa celebra Dia di Rey 2022 cerca nan.

Celular ta ocasiona insomnio



Di no por descansa bon of lo necesario, ta un problema mas habitual di loke nos ta kere. Insomnio y stress ta dos di e patologianan cu ta generando mas preocupacion den e siglo 21 cu nos ta bibando aden.
Nos a para pa pensa dicon? Kisas ta debe na nos ritmo di bida, pa tin un agenda semper repleto di actividad, na no sa con pa ta cu nos mes of na abusa di aparatonan tecnologico y electronico.
Entre e ultimonan aki, un di e esunnan mas comun ta celular. Cada biaha nos ta duna nan mas uzo y ta dificil cu cualkier adolescente no pidi pe.
E manera nobo aki di comunica tin hopi bentaha, pero na ora di drumi, por ta e no lo ta un gran aliado.

Tecnologia no ta laga nos drumi
Kico ta lo ultimo cu bo ta wak prome cu paga luz y cera bo wowonan? Hopi di boso lo responde.... E Celular!
Esnan cu no por biba sin su smartphone mester sa, cu si ta bon, e ta bon pa hopi cos; tur cos den exceso ta contraproducente.
Y e aparato aki no ta libra, ya cu uza den oranan laat di anochi, por causa insomnio. E uzo di cualkier herment electronico cu tin un pantaya luminoso minuutnan antes di drumi (of purba di concilia soño), no ta permiti e celebro pa trankilisa y descansa manera cu mester ta.
Esey tabta e conclucion cu varios estudio a yega na dje, entre nan di e Instituto Politecnico Rensselare di New York (Merca).
E exposicion prolonga na aparatonan tecnologico manera e celular, television of tablet, ta afecta e nivelnan di hormoonnan regulador di e ciclonan di soño, e melatonina. Tur cos ta debi na e luz blanco y briyante emiti pa e dispositivonan aki. Aunke cu nos paga e pantaya y e briyo ta regula, e nivelnan di melatonina ta reduci den un 25%. Riba su mes nos no ta haci eskai.
Asina ta, e ultimo bista riba bo email, rednan social of television ta perhudica e nivelnan cu nos no ta conciente di dje.
Celular ta afecta e sistemanan encarga di regula e ritmonan circadiano. Esaki ta referi na e cambionan fisico y mental cu ta produci relaciona cu e luz solar y scuridad.
Si nan ta bon regular, nos lo tin soño durante anochi y nos lo ta mas alerta pa sali den solo.

Insomnio tecnologico ta preocupa dokternan
E malo nobo cu pashentnan cu ta yega na oficinanan di dokter, ta keha di dje, ta conoci como "insomnio tecnologico" y ta provocando e abuso di internet prome cu drumi.
Mas leu di e luminosidad di e pantaya, tambe nos tin cu tene na cuenta cu e ondanan electromagnetica cu e dispositivonan ta manda.
Mescos cu adiccion, cu nos tin pa usa e celular net prome cu drumi. Den e hospital Casa de Salud de Valencia (Spaña) a realisa un investigacion unda cu ta sigura cu check e pagina di Facebook, mira un video riba YouTube of comproma un mail prome cu drumi, ta corta e oranan di soño y ta afecta e calidad di descanso.
E uso nocturno di internet y di e aplicacionnan cu nos tin riba e celular (manera por ehempel, weganan) ta laga e celebro den estado di alerta.
Esaki ta haci cu lo mester di hopi tempo pa "bolbe na normalidad" y compronde cu ta ora di drumi.
Ta sosode mesun cos cu si nos come sucu of bebe koffie despues di cuminda. Nos ta precisa di dos ora adicional pa concilia soño.
Ademas, durante anochi nos por lanta di golpi, tin pesadiya y drumi den posicionnan cu despues ta provoca dolornan di lomba y nek.
Neurofisiologonan di e hospital aki ta recomenda pa desconecta di cualkier aparato electronico, por lo menos, un ora prome cu nos drumi, paga e router y laga e celularnan p'afo di e camber durante anochi.

Rednan social ta provoca insomnio
No ta culpa di Facebook, di Instagram ni di Twitter, esey ta bon cla. Sino di nos forma di relaciona cu e plataformanan aki.
Segun un experimento cu a tuma luga pa specialistanan di e Universidad di Boston, a yega na e concusion cu e red social di e parha blauw y di 140 caracter ta ta esun cu mas ta relaciona cu insomnio y e problemanan pa concilia soño.
Dicon? Pasobra usuarionan ta conecta practicamente henter dia (incluyendo anochi) y sa publica entre 6'or di atardi y 10or di anochi. E piek di e publicacionnan ta 9'or.
E informe, ademas, ta indica cu e dia cu mayor insomnio di siman ta diaranson. Esaki ta debi, segun cu nan ta splica, cu ya nos a pasa e mayor parti di e dianan laboral y nos ta demasiado "acelera" cu asina tanto obligacion.
Koffie y refresco di cola ta e bebidanan mas consumi pa e Tweeters cu insomnio. Ambos ta contene cafeina, cu ta un substancia causante di e sensacion di euforia of alerta pa e celebro.
No obstante, e internautanan di e estudio a afirma cu su rasonnan pa no por drumi ta bata "pensa hopi," "nabega riba Twitter," "usa e celular durante hopi ora" y "wak television."

Aplicacionnan contra insomnio?
E por zona nos algo straño y contradictorio cu nos por uza e celular hustamente pa por concilia soño.
Esaki ta un bon manera pa nos no wak e aparato imprescindibel aki como un enemigo. Tecnologia por ta beneficioso of perhudicial, segun con, pakico y cuanto nos usanan. Nos por haya den tiendanan online di Android y iOS diferente aplicacion cu ta combati (aparentemente) e insomnio:

Sleepbot
E por monitorea e descanso di e usuario atrabes di sensornan di movimento y microfono di e aparato.
E ta graba e roncamento of zonidonan di ambiente pa defini e calidad di soño y ta inclui un alarma cu ta lanta nos si nos a pasa nos ora di descanso.

White Noise
E aplicacion aki ta yuda nos drumi rapidamente atrabes di musica y zonidonan relaciona cu relahacion y descanso.
Ta manera cu nos ta den un spa of den un tempel budista Tambe e ta ofrece un alarma suave pa lanta nos den bon beis.

Sleep Better
Tras di analisa bo soño, ta ofrecebo un rutina pa prome y despues di drumi. E ta basa riba e estado di animo di e usuario y den e actividadnan cu esaki ta wordo realisa parti atardi y anochi.
Purba lesa, dal un baño relahante, haci algun tipo di ehercicio suave manera yoga prome cu drumi.
Lo bo wak con rapidamente e nivelnan di activacion celebral ta descende y con esaki ta repercuta den bo nivel di relahacion corporal.
No obstante, si e insomnio ta persisti, ta preferibe pa bo consulta bo dokter.

SERVICIO Y COMPRA

SOLO Di Pueblo OBITUARIO

Publica serka nos anuncio di fayecimento di bo ser keri.
Nos tin 2 pakete pa ofrece

Pakete 1: Anuncio di fayecimento te dia cu e defunto ser dera
Gradicimento y invitashon pa misa pa 3 dia AFl 250,00

Pakete 2: Anuncio di fayecimento te dia cu e defunto ser dera
Gradicimento y invitashon pa misa pa 3 dia

Na Canal 22 1x prome cu Noticiero 22 Afl 400,00

Pa mas informashon por tuma contacto cu oficina
na **585-9500** of na **741-4554** puntra pa
Jamila Henriquez

Clasificados



SOLODIPUEBLO@GMAIL.COM
CEL. 585 9500



HOTLINE



744-0444
CAPT'E
Y MAND'E

TA HUUR

den CENTRO COMERCIAL
NOORD un localidad
di 120M
Bon situa, pa mas
info yama: **592-3327**



OPORTUNIDAD PA TRABAO

Tin oportunidad pa trabao pa un kokki/cocinera y helper di cumind-anan crioyo pa un Take Away.



Pa informacion por wasap 746-3571



Tip Line 585 9500
solodipueblo@gmailo.com

Servicio na Comunidad

Brandweer	911
Polis	100
Polis Oranjestad	102
Polis San Nicolas	104
Polis Santa Cruz	105
Polis Shaba	107
Tiplijn	11141
Ambulance San Nicolas	584-5050
Ambulance Sasaki	582-5573
Ambulance Wayaca	582-1234
Horacio Oduber Hospital	527-4000
Centro Medico San Nic.	524-8833
SVB AO Ziekmelding	527-2782
Servicio nan	
Elmar storingdienst	523-7147
Web storingdienst	525-4600
Setar storingdienst	117
Digicel	145
Reina Beatrix INT Airport	524-2424
Serlimar	584-5080
Arugas	585-1198
Guarda nos costa	913
Aurora Funeral Home	588-6699
Royal Funeral Home	586-4444
Ad Patres Funeral Home	584-2299
The Olive trees Funeral Home	582-0000
Fundacion	
Rode Kruis	582-2219
Fada	583-2999
Fundacion Respetami	582-4433
Fundacion Guiami	587-1677
Muhe den dificultad	583-5400
Telefoon pa hubentud	131
Centro Kibrahacha	588-3131
Stichting Bloedbank	587-0002
Mary Joan Fundation	588-9999
Koningin Wilhelmina Fonds	582-0412
Fundacion pa nos mucha nan	583-4247



Dienstregeling artsen Pariba Di Brug

APRIL 2022

Dr. Boderie, E	Dr. Linden v/d, J
Dr. Croes, G	Dr. Ramautar, K
Dr. de Cuba, M	Dr. Vis, S
Dr. Every, B	Dr. Wever, M
Dr. Giel, D	Dr. Winterdal, N

VR	01	WEVER			
MA	04	WINTERDAL	**MA**	**18**	**CROES (2de Paasdag)**
DI	05	BODERIE	DI	19	WINTERDAL
WO	06	CROES	WO	20	BODERIE
DO	07	DE CUBA	DO	21	CROES
VR	08	EVERY	VR	22	EVERY
MA	11	GIEL	MA	25	GIEL
DI	12	LINDEN V/D	DI	26	LINDEN V/D
WO	13	RAMAUTAR	**WO**	**27**	**LINDEN V/D(Koningsdag)**
DO	14	WEVER	DO	28	RAMAUTAR
VR	**15**	**RAMAUTAR(Goede Vrijdag)**	VR	29	VIS

WEEKENDDIENST

02 – 03 APRIL	*	EVERY
09 – 10 APRIL	*	GIEL
16 APRIL	*	EVERY
17 APRIL(Paasdag)	*	**BODERIE**
23 – 24 APRIL	*	V/D LINDEN
30 APRIL	*	RAMAUTAR
01 MEI	*	**WEVER(Arbeidsdag)**

Ley di Cacho ta stipula tarea, responsabilidad y autoridad pa e cuidadano, BCI y KPA

Na comienso di april 2022, Minister Ursell Arends, den cuadro di e National Plan for Stray Animals (NPSA) conhuntamente cu Post Aruba N.V., a lansa un campaña pa conscientisa nos comunidad riba nan responsabilidad di mantene nan cacho den nan cura manera cu Ley di Cacho ta stipula.

Manera ta conoci Aruba tin un Ley di Cacho (Hondenverordening). Den e ley tin responsabilidad, tarea y autoridad nan cu ta regarda Korps Politie Aruba (KPA), Bureau City Inspector (BCI) y e cuidadano en general. Pa logra realisa cumplimento di e Ley, como tambe metanan di e plan nacional y e campaña, ta importante pa comunidad ta bon informa riba e esaki.

E cuidadano cu ta doño of 'houder' di un cacho ta obliga y tin e responsabilidad pa tene su cacho den cura, of si no tin cura, na e reglanan stipula. Su autoridad ta dirigi riba decisionnan cu e por of mester tuma na bienestar di su mascota.

E tarea di control y ehecucion di e Ley di Cacho primordialmente ta cai bou di tarea di Polis pero esaki ta ser comparti hunto cu BCI.

Den e cuadro aki BCI (tambe) tin e autoridad pa duna advertencia y nan ta equipa cu BAvPol, cu kiermen "buitengewone agenten van politie" cu por duna multa. Pues ora un cacho ta los riba caya y ta causa molester y/of forma un peliger pa otro (persona y /of animal) por tuma contacto cu Bureau City Inspector (BCI).

Un situacion di incidente caminda un cacho a morde hende of bestia, si ta cay directamente bou di tarea di Polis (KPA).

Den e campaña cu Post Aruba N.V., ta trata na stimula comportacion responsabel di doñonan di cacho.
Como doño di e cacho bo lo ricibi un advertencia den bo brievenbus e prome bes cu encontra bo cacho riba caya. E segundo biaha por ricibi un multa ora cu autoridad pasa di bishita, y bolbe encontra bo cacho riba caya.
Gobierno di Aruba ta haci un suplica na comunidad pa tene nan mes na e reglanan di e ley di Cacho y asina actua di un forma responsabel y civico.



Den un comunidad unda nos ta atene nos mes na leynan exsistente, y nos ta actua segun nos autoriad y responsabilidad, nos ta tene cuenta cu otro y tin espacio pa tur por biba un bida trankil y den harmonia cu otro.



Miss Teen Aruba International ta cla pa su temporada 2022

Ultimo dia pa inscribi ta 30 April

GLW Foundation ta den pleno preparacion pa Miss Teen Aruba International 2022. E aña aki celebrando 13 aña di eleccion unda cu durante añanan Miss Teen Aruba International a sa di demostra cu e comiscion ta traha den e mihor formacion di e candidatanan y e logronan durante e utimo 15 añanan aki cu George Winterdaal como Presidente pa e prueba di e trabou cu e candidatanan. Paisnan unda e candidatanan a bai ta Rep Domincana, Panama, El Salvador, Bahamas, Guatemala, Costa Rica, Nicaragua, Honduras, Bulgaria y mas. Desde cu George a tuma e presidencia di Miss Teen Aruba y despues Miss Teen Aruba International a usa e lema "Algo mas cu un certamen di beyeza" y tur aña ta organiza diferente proyectonan . GLW Foundation ta haci e.o Cupcake di Speranza, Un man pa nos ruman, Feed the Kids y tambe un sin fin di actividadnan caritativo cu e candidatanan. E commission organisador ta sigur prepara e candidata cu tur equipo necesario pa asina por yude den su desaroyo pa futuro.
Bo tambe kier participa ? Wel ta masha facil?
E aña aki GLW Foundation a haci algun cambio masha interesante. Nos a amplia e categorianan y awor ta duna mas hoben e chens pa por participa.
Lo tin categoria Petite (MISS TEEN PETITE ARUBA INTL) esaki pa hobennan di estatura abou te cu maximo 1.63 cm
Lo tin categoria Regular (MISS TEEN ARUBA INTERNATIONAL) esaki pa e hobennan di estatura riba 1.63 cm
Lo tin categoria Plus (MISS TEEN ARUBA GLORIOUS INTL) esaki pa e hobennan cu tin curva (estatura no ta importante)
Bo tin e edad di 15 pa 19 aña? Bo tin gana di biba



un experencia unico? Bo kier representa Aruba na nivel international?
Wel esaki ta bo chens pa participa.
Gastonan ?
Hopi biaha e preocupacion di Mayornan ta e gastonan halto cu no nesesariamente ta asina, Mirando e situacion, comishon organisador mes ta cubri basta cos di e candidata, basicamente e unico gasto ta e trahe di gala cu no nesesariamente mester ta un shimis demasiado costoso paso e trahe no ta saka e candidata. E candidatanan lo ricibi di e commission organisador differente Polo Shirts di Miss Teen Aruba International cual ta ser usa pa e diferente actividadnan. Tambe ta importante pa menciona cu pa anochi final no lo tin Trahe de Baño pero Trahe Deportivo cual tambe e candidata ta ricibi esaki di e comishon organsidor, ademas e candidata ta ricibi su sapato.
Si cualkier mayor ta desea mas informacion por yama libremente George Winterdaal na 5616151 y asina por ricibi tur informacion y detaye. Final di Miss Teen Aruba International lo tuma lugar diadomingo 17 di July den Cas di Cultura. Ultimo dia pa Inscribi lo ta diasabra 30 di April.

Lo tin un meeting cu mayornan y candidatanan y Presentacion pa Prensa ta 14 di Mei 2022.
GLW Foundation a prepara un agenda di actividadnan creativo, social y educativo masha great mes cu hopi eventonan unda nan lo siña hopi pero tambe lo have fun y disfruta di e temporada 2022.
Nos ta desea GLW Foundation tur clase di exito pa e temporada nobo di Miss Teen Aruba International.
Bo ta desea di representa Aruba na nivel international, no duda mas y yama awe mes pa mas informacion na 5616151.



Lotto MERDIA
APRIL 24

Game	Result
Cat4chi – Sorteo # 3540	6487
	5569
	4213
Multi-X	X5
Big 4 – Sorteo # 3540	1836
1Off – Sorteo # 1596	2501
Zodiac – Sorteo # 3540	5544
	Sagitario
Lucky 3 – Sorteo # 414	772
Multi-X	FP

Lotto 5 – Sorteo #		Joker	Letter
0	x Jackpot	Proximo Jackpot	
0	x Match 4+	170.000,-	
0	x Match 4		
0	x Afl. 12,00		

Lotto di Dia – Sorteo # 5746		05-08-15-21-29
0	x Jackpot	Proximo Jackpot
6	x Match 4	66.000,-
104	x Afl 8,00	

Mega – Sorteo #		Mega Ball
0	x Jackpot	Proximo Jackpot
0	x match 4	300.000,-
0	x Afl. 500,00	
0	x Afl 50.00	
0	x Afl.15,00	

Mega Plus: Afl. 400.000,-

Korsou – Sorteo #

Lotto ANOCHI
APRIL 22

Game	Result
Cat4chi – Sorteo # 7620	3149
	2431
	7657
Multi-X	X5
Big 4 – Sorteo # 6664	5541
1Off – Sorteo # 1369	2863
Zodiac – Sorteo # 5423	5416
	Aries
Lucky 3 – Sorteo # 353	284
Multi-X	FP

Lotto 5 – Sorteo #		Joker	Letter
0	x Jackpot	Proximo Jackpot	
0	x Match 4+	160.000,-	
0	x Match 4		
0	x Afl. 12,00		

Lotto di Dia – Sorteo # 5744		04-10-12-19-21
0	x Jackpot	Proximo Jackpot
5	x Match 4	63.000,-
190	x Afl 8,00	

Mega – Sorteo # 1448		03-06-18-26
		Mega Ball 04
0	x Jackpot	Proximo Jackpot
0	x match 4	300.000,-
1	x Afl. 500,00	
57	x Afl 50.00	
65	x Afl.15,00	

Mega Plus: Afl. 400.000,-

Korsou – Sorteo #

Lotto MERDIA
APRIL 23

Game	Result
Cat4chi – Sorteo # 3539	3791
	3042
	0365
Multi-X	X2
Big 4 – Sorteo # 3539	8258
1Off – Sorteo # 1595	1557
Zodiac – Sorteo # 3539	8845
	Cancer
Lucky 3 – Sorteo # 413	011
Multi-X	FP

Lotto 5 – Sorteo #		Joker	Letter
0	x Jackpot	Proximo Jackpot	
0	x Match 4+	160.000,-	
0	x Match 4		
0	x Afl. 12,00		

Lotto di Dia – Sorteo #		
0	x Jackpot	Proximo Jackpot
0	x Match 4	63.000,-
0	x Afl 8,00	

Mega – Sorteo #		Mega Ball
0	x Jackpot	Proximo Jackpot
0	x match 4	300.000,-
0	x Afl. 500,00	
0	x Afl 50.00	
0	x Afl.15,00	

Mega Plus: Afl. 400.000,-

Korsou – Sorteo #

Restaurant, Take Away, Snack, SuperMarket, SanckTruck

Special special special.... Take away box;
Size 8x8 - 9x9 - 9x6- 6x6



Cumpra 25 haya 3 box free

Free delivery.....
Prijs cuminsando di Afl 45.00

Info wasap 7390101

Ta huur edificio comercial



Bon pa Supermarket, Mini Market, Laundry, Hardware Store, fruteria, etc etc.

200 m2 - hopi grandi

Situa riba main road di Sta cruz...
hopi lugar pa parkeer..

Info line & wasap 7390101

Clasificados

CLASSIFIEDS

SOLODIPUEBLO@GMAIL.COM
CEL. 585 9500

FOR SALE - FOR SALE - FOR SALE

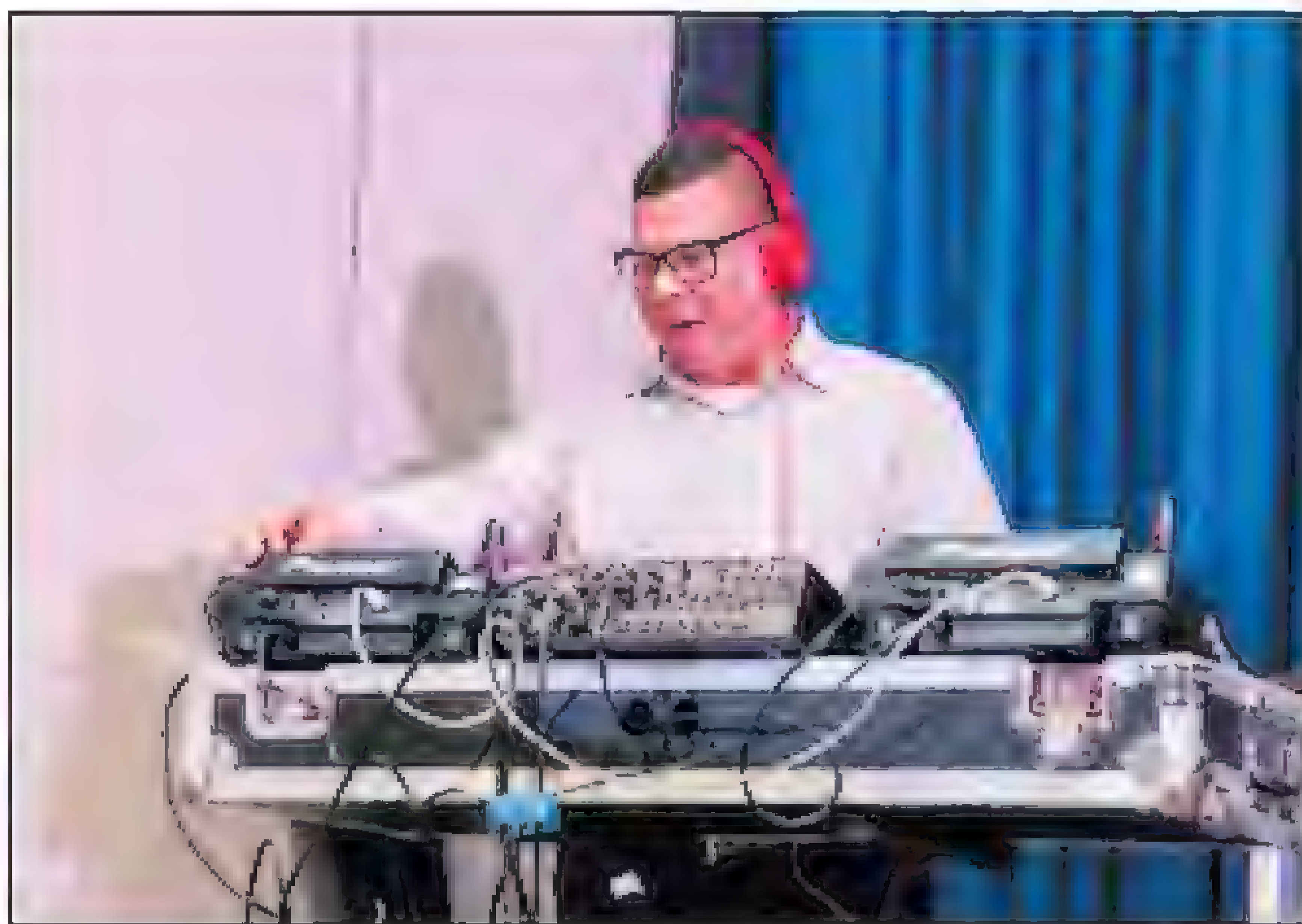


Ford Shuttle Bus 2006 ~ E450 diesel
Prijs reduci: Afl. 15.000
Perfecto pa snack truck

739-0101

Kiwanis Club of Palm Beach ta anuncia “Blast from the Past” nostalgia party 2022 cu musica di decadanan ’60, ’70 y ’80!







Oranjestad – Den e ultimo siman-nan Kiwanis Club of Palm Beach, pa medio di su cuentanan di social media, a bin ta anunciando cu Diasabra dia 7 di mei 2022 lo tuma lugar e sigiente edicion di e Kiwanis “Blast from the Past” Nostalgia Party. “Blast from the Past” Nostalgia Party ta un evento pa amantenan di musica di añanan 60, 70 y 80. E evento ta presenta musica bailable di e epocanan aki den un forma di musica en vivo cu bandanan popular, complementa pa un DJ. E actividad aki ta un iniciativa pa recauda fondo pa asina por aporta na nos communidad, specialmente na muchanan den necesidad.

E evento di fundraising aki lo tuma lugar Diasabra dia 7 di mei 2022 den e mahestuoso ballroom di Hilton Aruba Caribbean Resort & Casino y lo ta cuminzando for di 8’or di anochi y lo bai te cu 1’or di marduga. E ‘line-up’ di banda y DJ pa e anochi aki lo ta: Musical Times cu musica di decada 80, The Kiwanis Band cu musica di decadanan 60 y 70, Joyride cu musica di decada nan 60 y 70, anto entre tur e bandanan aki e famoso DJ Edson Tromp, conoci pa club Visage, lo deleita e invitadonan cu musica di disco y hard rock di decada 80. Finalmente Musical Times lo cera e anochi cu broche di oro cu musica bailable, entre otro merengue, salsa y carnaval (tumba y roadmarch) di tanto decada 70 y 80.

Caarchinan ta obtenibel cerca tur miembronan di Kiwanis Club of Palm Beach of por pasa libremente na ‘The Specialists’ den Cayena Mall na Tarabana. Tambe por haci peticion pa caarchi via e Facebook-page di Kiwanis Club of Palm Beach y un miembro di e club lo percura pa bo haña bo ticket(nan).

Sr. Rothmar Coenraad, e actual President di Kiwanis Club of Palm Beach a declara: “Blast from the Past’ lo ta e prome evento di FUNdraising despues cu medidadan di Pandemia a keda cancela. Pesei ta invita un y tur pa, un biaha mas, bin disfruta di un fiesta bailable den e estilo unico di Kiwanis Palm Beach. Mientras cu bo lo pasa un anochi den un ambiente ameno, na e mesun momento bo tin oportunidad di gana premionan fabuloso y lo bo ta aportando na nos comunidad, specialmente awor den un temporado cu nessecidad ta keda halto.”

Kiwanis Club of Palm Beach Aruba kier tuma e oportunidad aki pa extende palabranan di gradicimento na e empresanan y personanan cu a haci un donacion pa doorprize of cu a aporta na un forma of otro. Danki na e sponsornan aki a logra di realisa e iniciativa aki, for di cual tur loke cu wordo recauda lo bai den back den comunidad, specialmente na proyectonan dedica na bienestar di nos muchanan.

Kiwanis Club of Palm Beach ta pertenece na e organizacion global Kiwanis International cu ta un instancia caritativa dedica na haci nos mundo mihor door di cambia un communidad pa medio di un mucha cada bez. Mas informacion por haya riba: www.facebook.com/kiwanispalmbeacharuba.

SABIDURIA DEN NOS ALEGRIA

Skirbi pa Ruthy "Lady Ruth" Vrieswijk- Bergen



Aruba ta bendiciona cu hopi bon artista, musico, pintor, poeta, bailador, etc. etc. Nos isla por ta chikito den tamanjo pero grandi den cosecha na artistanan multicultural riba tur tereno, den tur diciplina di arte. Antes hopi crioyo cu por ehempel caha di orgel, accordion y steelpan. Awendia cu musica rap, guitara di corriente, drumset y e asina yama One man band, ora cu un musico artista ta toca e piano orgel electrico ey conekta cu musica di mas instrumento manera drumset y base guitar. Piano cu ta un di e instrumentonan hopi toca ketobay, acompanja pa su wiri y maraca, tambe ta keda algo hopi gusta, tambe cu musica clasico den concierto.

Lady Ruth no ta un experto riba e terrenonan aki, pero si ta gusta canta y bayla riba tononan y melodianan alegre. Si, nos tambe ta gusta canta y bayla!. Y recientemente nos tambe a bayla riba e notanan musical alegre y contagioso di nos gran artista, e legendario Robert Maduro cu ademas ta hopi bon conosi pa cu su grupo Alma Folklorico, awor tambe cu su banda Azucar.

Nos no por nenga ni ganja , nos tur ta hanja falta di nos amigo y gran musico cantante guitarrista Etty Toppenberg, pero ta contento cu e por tin tempo di salud y calidad di bida cu su bunita sra. esposa Corma. Ta Etty a cuminsa toca y duna di su tempo balioso y curason na Djiespies varios anja pasa, ilumina e curasonnan cu su cancionnan inmortal den 6 idioma, pero su salud a pidi di dje pe pasa mas tempo di calidad y amor cu su sra.esposa Corma y demas famia. Ta hopi a canta y bayla riba dushi ritmo di Etty Toppenberg y friends. E bayle di seu, e cancion di Bonairo tin yuwana grandi... ..y mas ta hasi falta toch. Awor e dushi happy hournan di ultimo lunanan na Djiespies ariba tur Diabierna ta den man di e.o. Robert Thiel ariba wiel y su tocayo Robert Maduro y su banda Azucar. Cada musico artista cu su mesun dushi repertorio y ritmo. Lady Ruth no sa si tin otro bandanan musical cu tambe sa toca na Djiespies Place ultimamente. Pero nos sa si, cu nos a pasa masha dushi mes baylando riba e dushi musica y ritmo di e incansabel y dynamico Robert Maduro y Azúcar, recientemente atrobe bau di un shelo na strea cu un publico cu gusta bayla.

E cabayero aki a pone casi tur hende lanta move heup y curpa, zway e mannan na laira, bay links rechts dilanti patras anto cu hopi smak y alegria ! Robert ta mustra bon, super bon, despues di a baha un crenchi di peso. E stem, e bos, unico y ketobay tremendo ! E publico presente ta gusta canticanan alegre na cualkier idioma cu por pone nan lanta bayla nan so cu nan so of cu nan pareha. Ki dushi tawata e cancion "Mi limon, mi limonero" cu a pone Lady Ruth tambe lanta bayla su so , mientras su kerido esposo Johan tawata dal un bon chill, despues di a caba di bayla hunto den pareha varios dushi cancionnan , entre nan tambe un dushi wals cu a baha super super dushi mes ! Pueblo tey presente tur Diabierna na bahada di solo te banda di 10 or pm nan ey, pasando dushi mes ! Esaki ta un fiesta alegre di pueblo pa pueblo cu hopi amor y carino. E ta awor un tradishon pa hopi di nos grandinan di 50 plus,pero tambe esnan mas jong di edad topa otro



na Djiespies Place riba Diabierna anochi. Tur cos ta cana nechi, limpi y bon organisa. Setty y Suzie y nan team ta sirbi e publico presente cu hopi amor y carino. Un "bearhug " grandi pa e gentil y guapo cabayero Robert Maduro cu a of ta lanzando un cancion nobis nobis hot hot atrobe, segun nos por a comprende. E gran musico cantante aki tin su trayectoria y historia cu ta sigui crese y inspira tur rond di dje. Aruba ta bendiciona pa tin gran musiconan manera Robert Maduro y Robert Thiel. Lady Ruth ta manda tambe un brasa fuerte cu hopi amor y carino pa Etty y Corma Toppenberg, deseando nan hopi salud,alegria y sabiduria dia pa dia, cu bendicion di nos Creador di amor. Take care, sigui cuida ! Stay safe ! Danki pa lesa nos relato ! Love you too !

Lider di fraccion di AVP, mr. Mike Eman

ARUBA TA DESVIA DI SU STEA DI E GUIA: E BON COMUN

Hopi preocupante lider di fraccion di AVP Mike Eman ta haya e destruccion di areglonan colectivo na Aruba, manera cu ta tumando lugar den cuido y cu ta menasa di manifesta su mes den enseñansa y riba tereno laboral pa loke ta seguridad di trabou di trahadonan.

"Danki na e condicionnan di bida, cu a tuma nos decadanan pa construi, cu Aruba por a scapa su hendenan di e opresion di rango, clase y posicion. Awe esaki ta worde desmantala cu un medida tras di tro. E continuo buskeda di e bon comun pa nos Pueblo y Pais ya mas no ta nos strea di guia mas. E alarma cu e dunadornan di cuido den un carta fecha 11 di februari a bati, tocante di e recorte den cuido, cu lo conduci na loke nan ta yama "cuido di clase", mester ta un yamada urgente, un asina yama 'wake-up call' pa nos tur", Eman den forma preocupante a indica. E erocion di e base bon comun na Aruba ta den un velocidad alarmante, e ta nota cu hopi preocupacion.

Cuido di clase

Segun e dunadornan di cuido e medidanan cu ta bay wordo introduci, particularmente e 'eigen bijdrage' lo conduci na un division di pashentnan y na cuido di clase, locual ta un kiebro cu e esencia di nos sistema di seguro medico nacional (AZV): esta salvaguardia e acceso na cuido medico di calidad pa un y tur. Desafortunadamente, segun e dunadornan di cuido, e pashentnan cu tin moda, lo haya trato medico preferencial, cu tur e consecuencianan cu esaki ta trece cu ne pa loke ta calidad di cuido y accesibilidad na cuido pa esnan di menos recurso.

E areglonan colectivo cu nos tin ta wordo destrui dor di Gabinete Wever-Croes pasobra ta pensa cu tur hende mes por paga y lo mester paga pa esakinan. E individualisacion sin colectividad aki ta hiba nos mas serca di un sociedad dividi den clase y rango. E biaha aki den e variante moderno di ganado y perdedonan, Eman a ilustra.

Trabou insigur

Un otro logro colectivo di Aruba, e leynan cu ta proteha trahadornan, tambe ta riba mesa di matadero. Segun Gabinete Wever-Croes e mercado laboral na Aruba mester wordo reforma pasobra un mercado laboral flexibel lo conduci na mas cupo di trabou. Eman ta contradeci e pensamento aki y ta cualifik'e como un tema neo-liberal antigua, "un stokpaardje achterhaald".

E lider di fraccion di AVP ta cita for di dos raport di investigacion pa sostene su ponencia cu flexibilisacion di leynan laboral lo tin consecuencianan negativo. Un raport ta di Algemene Rekenkamer di Hulanda (ARA) di 2020 titula "Seguridad Social y un mercado laboral flexibel" y e otro ta di Sociaal Economische Raad di Hulanda titula "Maneho Social-Economico 2021-2025". Asta e dos institucionnan prominente aki ta questiona e efectonan di flexibilisacion di e mercado laboral.

Eman ta cita for di e raport di ARA riba pag. 21: "For di nos estudio di literatura cientifico ta resulta cu flexibilisacion por lo general no tin efecto riba cuponan di trabou structural. Mas trabou flexibel riba termino largo no ta percura pa mas cupo di trabou, pero mas bien ta reemplasa trabou fiho.

Oportunidadnan desigual

E raport di SER Hulandes di 2020 ta señala e efectonan preocupante di flexibilisacion di e mercado laboral. Ta simplemente precocupante loke SER ta constata na Hulanda. Awor Gabinete Wever-Croes kier manda trahadornan Arubiano atras cu e flexibilisacion di leynan laboral aki, segun Eman. E ta cita un parti hopi indicativo di e raport di SER riba pagina 7: "Tin tensionnan den comunidad pa motibo cu hopi hende ta sinti cu nan tin menos grip riba nan futuro y nan condicion di bida. E desigualdad den oportunidad ya tin mas tempo ta crece. Trabou insigur y contractnan di trabou flexibel ta hunga un rol importante; flexibilidad mucho biaha ta haya e forma di "disponibel pa tur cos, derecho riba nada". E riesgonan di e esaki ta pa e trahadornan so, cu ta experiencia perdida di seguridad y perspectiva.

Derecho riba nada

Eman ta lamenta cu riba tur tereno di maneho e 'propio pago y risico" di e ciudadano a bira un refrein obligatorio. E contribucion obligatorio propio den salubridad, schoolgeld halto, trabou insigur y aumento di gastonan cu ta bay man den man cu un perdida grandi di poder di compra. Tur esaki den combinacion cu medidanan di austeridad di gobierno y BTW na caminda ta haci cu cu riesgonan social ta bolbe bin riba e tayo di e individuo y famianan. Pa un cantidad cresciente di hende e oportunidad pa bai dilanti y tin mobilidad social ta wordo kita y e caminda pa pobresa ta bira un realidad cu ta causa angustia. Pa cada bez mas hende, bida ta bira mescos un cas fragiel y debiel y cu e minimo golpi of contratiempo ta cay den otro. Si sigui cu e maneho aki, lo resta poco areglo colectivo pa hende por wanta na nan y e areglonan di sosten colectivo cu keda lo ta pluma.

PRESUPUESTO ALTERNATIVA – E BON COMUN

Eman ta adverti cu si cos sigui asina, nos ta bay linea recta, mescos cu reformanan neo liberal similar den otro paisnan, pa bira un sociedad di clase y rango, cu un grupo cada dia mas chikito di ganado y un grupo grandi cresciente di perdedo. Eman ta enfatisa un bes mas



cu fraccion di AVP a presenta un rumbo completamente diferente den su presupuesto alternativa titula "POR OTRO. MESTER TA OTRO" pa salbaguardia e bon comun. E curso alternativa aki pa e bon con comun ta boga pa mantencion di areglonan colectivo cu ta ofrece hende derecho riba e servicionan basico manera un bon cuido medico, enseñansa, seguridad di trabou y un entrada pa asina cada ken sin distinccion tin oportunidad igual pa por yega mas leu den bida. "Proteccion di e bon comun di Aruba tabata nos punto di salida. Aunke cu e partidonan di coalicion no tabatin ningun motibo pa ta contra e presupuesto alternativo, lamentablemente nan no a duna sosten na e presupuesto alternativo aki", asina Eman a termina bisando.

FORTALEZA PA FAMIA.

Scirbi pa Pastor Marcel Balootje.

SEA AGRADECIDO NA DIOS, KENDE TA DONJO DI TUR COS



Ora hende grandi demostra gratitud na Dios, nos muchanan, nos hobennan, nos nietonan, nos futuro generacion lo mira, y nan lo sa cu Dios ta doño di tur cos.

Awendia hopi hende ta cana rond cu un mente materialista, mecanisa, digitalisa, cu no sa di gradici Dios, pasobra nan no a wordo instrui pa gradici Dios, pero simplemente ta kere den ciencia y technologia, y den e palabra universo, y hopi no sa cu ta Dios tin tur cos den su man, cu nos no ta depende di rikesa ,poder of propiedad, mas nos tur ta depende di e misericordia di Dios.

Sea un persona ta kere den Dios si of no, e ta depende di Dios pa su bida, e ta depende di Dios pa e rosea cu e ta ricibi, por ta e persona por tin un otro nomber cu e ta husa y den cual e ta kere pero hasta e nomber ey ta depende di Dios.

Pesey ta un tristesa y berguensa ora nos yega un caminda den nos bida, den cual nos kier aplica tur tipo di sabiduria, inventa y instala tur tipo di comision, crea grupo nan di consehero, pero e nomber di Dios no ta wordo menciona.

Wak rond mundo kico ta pasando, hende kier tin poder pa domina y mata otro hende, pero ningun di e criminal nan ey cu ta haci guerra y destrui, tin e poder pa lanta un hende for di morto, tur nan concentracion ta riba destruccion,

Den e buki di Esdras capitulo 3 vers 11 ta para scirbi:Y   nan a canta, y duna alabansa, y gradicimento,na   Señor bisando:
Pasobra E ta bon, pasobra su misericordia ta riba Israel pa semper. (Awe nos tambe por haci mescun cos y pidi Dios su misericordia riba nos hogar y nos Pais) .

Salmo capitulo 7 vers 17 ta bisa:Laga e asamblea di pueblonan rondona Bo y goberna riba nan fot di e altura nan.

Salmo 100 vers 4+5 ta bisa:
Drenta su portanan cu gradicimento, y Su plenchi nan cu alabansa,duna E gradicimento, bendiciona Su nomber, pasobra Señor ta bon : Su misericordia ta pa semper,y Su fieldad ta pa tur generacion.

E enemigonan di Dios, cual e diabel ta mantene den scuridad, mester yega na e Luz berdadero cual ta Cristo Hesus, pa duna gratitud na Dios pasobra ta para scirbi: Cu pa e nomber di Hesus tur rudia mester dobla , di esnan cu ta den cielo, riba tera y bao di tera, y cu tur lenga mester confesa . Cu hesus Cristo ta Señor pa e Gloria di Dios Tata.

No tin caminda pa discucion, ni tampoco ningun argumento, nos Dios ta bon y su misericordia ta pa semper, y no tin ningun hende pa bisa cu Dios a haci malo cu nan.

Ora nos mira maldad lanta, nos tin di corda , cu Dios tin poder pa caba cu tur maldad, y pronto E lo bini pa haci esey, pesey ta keda na nos awe pa duna gradicimento, y yena nos curazon cu su Palabra, laga Dios goberna nos bida, pa asina nos tin Fe y speransa den e bida eterna cu solamente Dios por ofrece.

Awendia tur cos a bira un app, pero serca Dios nos ta yega cu humildad, na rudia rogando, y dunando gratitud cu nos boca, pasobra Dios ta bon y su misericordia ta pa semper.

Ora hende grandi ta alaba Dios ,muchanan lo conoce

Oracion di dia

Un feliz siman yena di bendicion, gracia y amor di Dios

Hesus a bisa nan: ”Pasa rond mundo y predica e bon noticia na henter humanidad”.Marco 16;15

Rumannan, Hesus pa medio di e palabranan aki a duna Su discipelnan un encargo. Un encargo di bay y predica rond mundo. Laga hende cera conoci cu Hesus a traves di nan predica. Hesus a duna nan e mandato di batisa hende den Su nomber. Es cu kere den djE lo ta salba. E mesun encargo aki ta duna na nos tambe, bay y predica e bon noticia na henter humanidad. E frase aki ta bisa nos bon cla cu nos mester hiba e Palabra tur caminda y no pa un grupo so. No den nos parokia so, no den nos grupo di rumannan conoci so. Sali y comparti e Palabra unda cu nos yega, trata lo mas posibel di trece mas alma creyente na Dios. Ora cu Señor ta duna nos un encargo, E lo yuda nos cu e cumplimento di esaki tambe. Ban tuma e encargo cu balentia, sali di nos zona di comfortabilidad y predica Cristo Hesus.

Oracion: Mi bon Tata, danki pa a scohe nos pa ta esnan cu ta bay hiba Bo Palabra cerca otronan. Duna nos e curashi y balentia pa por sali sin miedo y acerca otro rumannan. Yena nos cu Bo sabiduria cu ta bini for di cielo. Esaki nos ta pidi Bo den nomber di Bo Yiu Hesus. Amen.



7					3			2
		4				1		9
		5	2		9			
	2			1	5		7	
	9		4	7			8	
			7		4	8		
3		2				5		
9			3					1

		5	3					
8							2	
	7			1		5		
4					5	3		
	1			7				6
		3	2				8	
	6		5					9
		4					3	
					9	7		

Sopi di Letranan

L	M	M	V	M	J	T	T	D	C	Ń	Ń	G	K	G	W	R	C	E	X	Ń
H	A	M	S	F	W	Z	Y	C	R	E	N	E	R	G	I	A	R	A	N	A
F	U	M	W	Z	S	Q	F	W	O	D	E	P	O	T	I	C	J	X	H	H
O	H	M	V	C	G	D	B	Ń	I	M	A	M	B	I	E	N	T	E	F	T
A	I	C	I	T	N	E	M	I	L	A	E	J	M	E	D	I	O	K	S	K
O	S	M	F	S	G	Z	Q	O	Y	T	M	N	B	R	I	F	Z	P	T	C
N	O	E	D	E	R	G	T	K	A	B	E	B	S	E	I	C	E	P	S	E
G	I	B	R	R	K	P	P	V	M	U	I	I	N	A	M	R	G	L	S	C
I	N	U	Ń	O	E	R	G	D	E	G	W	O	Y	Ń	L	O	U	Z	G	V
S	O	R	W	D	T	K	F	I	T	L	F	D	S	I	G	I	J	H	T	A
X	I	C	Z	I	C	C	O	N	S	T	P	I	V	Y	D	Q	S	A	F	N
X	C	I	H	M	H	E	U	S	I	K	B	V	P	N	G	F	T	M	N	I
R	A	P	M	U	G	P	Z	D	S	X	X	E	D	F	H	I	M	B	O	M
G	D	T	F	S	G	J	W	A	O	G	P	R	F	K	B	Ń	F	O	V	A
O	E	F	A	N	E	D	A	C	C	R	J	S	C	A	A	U	T	S	Q	L
K	R	A	V	O	X	F	M	X	E	Ń	P	I	H	U	Y	M	S	Q	Y	E
A	P	T	T	C	E	R	I	A	O	G	W	D	Z	J	F	P	Z	U	Z	S
C	E	P	D	A	U	G	A	G	A	M	L	A	I	D	F	E	P	E	A	E
P	D	Q	D	Q	I	V	W	A	U	X	E	D	V	A	A	Ń	Q	Y	A	N
S	F	S	N	U	Ń	Ń	D	A	D	E	M	U	H	P	Z	W	F	J	Q	B
N	A	K	V	D	O	B	H	J	X	L	C	K	S	S	A	T	N	A	L	P

AGUA
AIRE
ALIMENTICIA
AMBIENTE
ANIMALES
BIODIVERSIDAD
BOSQUE
CADENA
COMENSALISMO
CONSUMIDORES
DEPREDACION
ECOSISTEMA
ENERGIA
ESPECIE
HABITAT
HUMEDAD
MEDIO
PLANTAS
PRODUCTORES

AMAR NO ES SOLAMENTE QUERER, ES SOBRE TODO COMPRENDER.

